ماري كوندو

MARI KONDO

سحر الترتيب

الفن الياباني في التنظيم وإزالة الفوضى

THE LIFE-CHANGING MAGIC OF TIDYING



27.3.2017





الدار العربية للعلوم ناشرون
Arab Scientific Publishers, Inc.

سحر الترتيب

الفن الياباني في التنظيم وإزالة الفوضى

THE LIFE-CHANGING MAGIC OF TIDYING

ماري كوندو

MARI KONDO

ترجمة

لينة شبارو

مراجعة وتحرير

مركز التعريب والبرمجة



الدار العربية للعلوم ناشرون ش.م.ل

Arab Scientific Publishers, Inc. SAL

سحر الترتيب

الفن الياباني في التنظيم وإزالة الفوضى

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

يتضمن هذا الكتاب ترجمة الأصل الإنكليزي
THE LIFE-CHANGING MAGIC OF TIDYING
حقوق الترجمة العربية مرخّص بها قانونياً من الناشر
Vermilion, London
بمقتضى الاتفاق الخطي الموقّع بينه وبين الدار العربية للعلوم ناشرون، ش.م.ل.

الطبعة الأولى

2015 م - 1437 هـ

ردمك 978-614-01-1762-4



الدار العربية للعلوم ناشرون ش.م.ل
Arab Scientific Publishers, Inc. SAL

عين التينة، شارع المفتي توفيق خالد، بناية الريم
هاتف: 786233 – 785108 – 785107 (+961-1)
ص.ب: 13-5574 شوران – بيروت 1102-2050 – لبنان
فاكس: 786230 (+961-1) – البريد الإلكتروني: asp@asp.com.lb
الموقع على شبكة الإنترنت: http://www.asp.com.lb

تصميم الغلاف: **سامح خلف**

التنضيد وفرز الألوان: **أبجد غرافيكس**، بيروت - هاتف 785107 (+961-1)
الطباعة: **مطابع الدار العربية للعلوم**، بيروت - هاتف 786233 (+961-1)

المحتويات

تمهيد 11

مقدمــة 13

الفصل الأول

لماذا لا أستطيع إبقاء منزلي مرتباً؟

لا يمكنك الترتيب مطلقاً إذا لم تتعلم الطريقة 23

رتّب دفعة واحدة وبطريقة صحيحة 25

رتّب قليلاً كل يوم فترتّب إلى الأبد 28

السعي إلى الكمال 30

ما إن تبدأ حتى تعيد ضبط حياتك 32

خبراء التخزين مسببون للفوضى 34

الفرز وفق الفئة وليس الموقع 36

لا تغيّر الطريقة لتناسب شخصيتك 38

اجعل الترتيب حدثاً مميزاً 40

الفصل الثاني

الرمي أولاً

ابدأ بالرمي؛ كل شيء دفعة واحدة 47

قبل أن تبدأ، حدِّد هدفك 49

كيف أختار؟ هل يشعر بالفرح؟ 52

فئة واحدة في كل مرة 55

ابدأ بشكل صحيح 58

لا تدع عائلتك تراك 59

إذا كنت غاضباً من عائلتك، فقد تكون غرفتك هي السبب 62
ما لا تحتاج إليه أنت، لا تحتاج إليه عائلتك أيضاً 66
الترتيب حوارٌ مع الذات 69
ما يجب فعله حين تعجز عن رمي شيء ما 71

الفصل الثالث

كيفية الترتيب حسب الفئة

تسلسل الترتيب: اتّبع التسلسل الصحيح للفئات 77
الملابس 79
ضع كل قطعة ملابس موجودة في المنزل على الأرض 79
ملابس البيت 82
تحويل بعض الملابس إلى «ملابس البيت» أمر محرّم 82
تخزين الملابس 84
اطوِها جيداً، وعالج مشاكل التخزين لديك 84
كيفية الطيّ 87
أفضل طريقة طيّ لمظهر مثالي 87
ترتيب الملابس 90
سرّ منح الطاقة لخزانة ملابسك 90
تخزين الجوارب 93
عامل الجوارب باحترام 93
الملابس الموسمية 96
لا داعي لتخزين الملابس الموسمية 96
تخزين الكتب 99
ضع كل كتبك على الأرض 99
الكتب غير المقروءة 102
«يوماً ما» تعني «أبداً» 102

الكتب الواجب الاحتفاظ بها: تلك الشخصية جداً 105
فرز الأوراق 108
القاعدة الأساسية: تخلّص من كل شيء 108
كل الحقائق عن الأوراق 111
كيفية تنظيم الأوراق المزعجة 111
أوراق الدراسة 111
بيانات بطاقة الاعتماد 113
كفالات الأدوات الكهربائية 114
بطاقات المعايدة 116
دفاتر الشيكات المستعملة 116
بيانات الدفع 116
الكومونو (أغراض متفرقة 1) 117
تغيير صغير 119
اجعل شعارك «في محفظتي» 119
الكومونو (أغراض متفرقة 2) 121
الأغراض الصالحة للرمي- أشياء احتفظت بها «فقط لأن...» 121
الهدايا 121
علب الهواتف الجوالة 122
حبال غير محددة الوظائف 122
الأزرار الاحتياطية 123
علب الأدوات الكهربائية 124
أجهزة التلفزيون والراديو المكسورة 124
لوازم سرير الضيف الذي لا يأتي أبداً 124
عينات مستحضرات التجميل المحتفظ بها للرحلات 125
مستحضرات من أحدث الصيحات الصحية 125

الهدايا المجانية 126
الأغراض العاطفية 126
منزل أهلك ليس ملاذاً لتذكاراتك 126
الصور الفوتوغرافية 129
دلّل نفسك الآن 129
تخزينات احتياطية مذهلة رأيتها 133
التخفيف إلى أن تشعر بشيء في قلبك 136
اتَّبع حدسك وسيكون كل شيء على ما يرام 137

الفصل الرابع
تخزين الأغراض لحياة ممتعة

تعيين مكان لكل غرض 143
الرمي أولاً والتخزين لاحقاً 146
التخزين: السعي إلى البساطة القصوى 148
لا تبعثر مساحات التخزين 150
انسَ أمر «تدفق الواردات» و«تواتر الاستعمال» 153
لا تكدّس الأشياء: التخزين العمودي أساسي 157
لا حاجة إلى لوازم خاصة بالتخزين 158
أفضل طريقة لتوضيب الحقائب هي حقيبة أخرى 162
أفرغ حقيبتك كل يوم 165
الأغراض الموجودة على الأرض مكانها في الخزانة 167
إبقاء المغطس ومجلى المطبخ خاليين من الفوضى 169
زيّن خزانتك المفضلة بأغراضك المفضلة 172
انزع اللصيقة عن الملابس الجديدة فوراً 173
لا تقلل من أهمية «ضجيج» المعلومات المكتوبة 176
قدّر مقتنياتك 178

الفصل الخامس

سحر الترتيب يبدّل حياتك جذرياً

رتّب منزلك واكتشف ما تريد القيام به فعلاً 185
التأثير السحري للترتيب يبدّل حياتنا بصورة جذرية 188
اكتساب الثقة في الحياة عبر سحر الترتيب 190
تعلّق بالماضي أو قلق من المستقبل 191
معرفة أنك تستطيع الاستغناء 195
هل تلقي التحية على منزلك؟ 198
أغراضك تريد مساعدتك 201
مساحة عيشك تؤثر في جسمك 202
الترتيب يزيد الحظ 205
كيفية التعرف إلى ما هو نفيس فعلاً 206
التواجد قرب الأشياء التي تبعث الفرح يجعلك سعيداً 209
حياتك الحقيقية تبدأ بعد ترتيب منزلك 211
كلمة أخيرة 215

تَمْهِيدٌ

حوّل منزلك إلى مساحة مرتبة وخالية من الفوضى دوماً باعتماد طريقة كونماري المذهلة. فالخبيرة اليابانية في إزالة الفوضى والاختصاصية في الترتيب، ماري كوندو، ستساعدك على ترتيب غرفك بصورة دائمة بفضل طرائقها الملهمة والمفصلة خطوة خطوة.

سرّ الترتيب الناجح يكمن في اهتمامك بمنزلك بالتسلسل الصحيح، وفي الاحتفاظ بالأشياء التي تحبها فعلاً فقط، وفعل ذلك دفعة واحدة، وبسرعة. بعد ذلك، عليك خلال بقية حياتك أن تختار فقط ما يجب الاحتفاظ به وما يجب رميه.

طريقة كونماري لن تغير مساحتك فقط. فبعد أن يصبح منزلك مرتباً، سوف تجد أن حياتك كلها قد تغيرت.

وعندها، يمكنك الشعور بثقة أكبر في النفس، وستصبح أكثر نجاحاً، ويمكنك امتلاك الطاقة والحافز لابتكار الحياة التي تريدها.

بعد قراءتك كتاب «سحر الترتيب»، سوف تتحلى بالشجاعة الكافية للابتعاد عن الجوانب السلبية في حياتك. إذ يمكنك تحديد العلاقة السيئة وإنهاؤها، ويمكنك التوقف عن الشعور بالقلق، ويمكنك أخيراً خسارة ذلك الوزن الذي تريد خسارته.

طريقة ماري كوندو مرتكزة على مبدأ «ما يتم تنظيفه مرة، لا تعود إليه الفوضى مجدداً». إذا ظننت أنّ مثل هذا الأمر مستحيل، فعليك من دون شك قراءة هذا الكتاب المميز.

عن ماري كوندو

شرعت ماري كوندو في مطالعة المجلات الخاصة بالنساء بدءاً من عمر الخامسة، وأحبّت الترتيب والجمال في المساحات المنظمة المعروضة في تلك المجلات. وبدءاً من عمر الخامسة عشرة، انكبّت على الترتيب بجدية؛ فبدأت بغرفة نومها الخاصة، ثم انتقلت إلى غرف إخوتها. وها هي اليوم تدير عملاً ناجحاً جداً في طوكيو، حيث تساعد الزبائن على تحويل منازلهم الفوضوية إلى مساحات مفعمة بالجمال والسلام والإلهام.

مقدمة

هل حاولت يوماً الترتيب بكل جدية، لتجد بعدها أن الفوضى قد عادت سريعاً إلى منزلك أو مكان عملك؟ إذا كان الجواب نعم، فدعني أشاركك سرّ النجاح. في هذا الكتاب، لخّصتُ كيفية ترتيبك مكانك بطريقة تغيّر حياتك إلى الأبد. هذا مستحيل! إنه جواب شائع وغير مستغرب، لأن الجميع عانوا تقريباً من الإخفاق مرة واحدة على الأقل، أو مرات عدة، بعد ترتيب منازلهم.

إلا أن طريقة كونماري بسيطة وذكية وفعالة في القضاء على الفوضى إلى الأبد. باشر في الرمي، ثم نظّم مساحتك بطريقة شاملة وكاملة، دفعة واحدة. إذا اعتمدت هذه الاستراتيجية، فلن تعود أبداً إلى الفوضى مجدداً.

صحيح أن هذه الطريقة تتناقض مع الحكمة التقليدية، لكن كل الذين اتبعوا طريقة كونماري نجحوا في إبقاء منازلهم مرتبة، مع نتائج غير متوقعة. وترتيبهم منازلهم أثّر في كل الجوانب الأخرى في حياتهم؛ بما في ذلك العمل والعائلة. بعد أن خصصتُ 80 في المئة من حياتي لهذا الموضوع، أعرف تماماً أن الترتيب يمكنه أن يغير حياتك أيضاً.

هل ما زلت تجد المسألة صعبة التصديق؟ إذا كان مفهومك للترتيب يقوم على التخلص من غرض واحد غير ضروري كل يوم أو ترتيب غرفتك قليلاً على دفعات فستكون محقاً. غير أن هذا لن

يؤثر كثيراً في حياتك. لكنك إذا بدّلت طريقتك، فمن الممكن أن يترك الترتيب أثراً هائلاً. في الواقع، هذا ما يعنيه ترتيب منزلك.

شرعت في مطالعة المجلات الخاصة بالنساء حين كنت في سنّ الخامسة، وقد ألهمني ذلك- بدءاً من عمر الخامسة عشرة- للتعمق جدياً في دراسة الترتيب والقضاء على الفوضى، وهذا ما أفضى إلى طريقة كونماري (علماً أن كونماري هو اسم كنيتي، وهو اختصار لاسمي واسم شهرتي). وأنا أعمل الآن مستشارة، وأمضي معظم أيامي في زيارة المنازل والمكاتب لتقديم النصائح للأشخاص الذين يجدون صعوبة في الترتيب، أو يرتبون لكن الفوضى تعود إليهم، أو يريدون الترتيب لكنهم لا يعرفون من أين يبدأون.

أستطيع القول إن عدد الأشياء التي تخلص منها زبائني- بدءاً من الملابس الخارجية وتلك الداخلية، ومروراً بالصور الفوتوغرافية، والأقلام، وقصاصات المجلات، ووصولاً إلى عيّنات مستحضرات التجميل- يتخطى بسهولة المليون. وليس هذا رقماً مبالغاً فيه. فقد ساعدت زبائن فرديين قاموا برمي 200 كيس نفايات، من القياس الكبير دفعة واحدة.

نتيجة استكشافي لفن التنظيم، وخبرتي الواسعة في مساعدة الأشخاص غير المنظمين لكي يصبحوا مرتبين، ثمة أمر واحد أستطيع قوله بكل ثقة، وهو أن إعادة التنظيم الجذرية للمنزل تفضي حتماً إلى تغييرات جذرية في أسلوب عيشك ومنظورك. إنها مسألة مبدّلة للحياة، وأقصد ذلك فعلاً. وفي ما يلي عدد قليل من الشهادات التي أتلقاها بشكل يومي من زبائن سابقين:

«بعدما تلقيت دروسكِ، تخليت عن وظيفتي واستهللت عملي

الخاص، وفعلتُ شيئاً لطالما حلمتُ به منذ أن كنت صغيراً».

«علّمتني دروسك أن أرى ما أحتاج إليه فعلاً وما لا أحتاج إليه. لذا، تطلّقت. وأشعر الآن بسعادة أكبر».

«ثمة شخص لطالما أردت الاتصال به، وقد اتصل بي مؤخراً».

«يسعدني القول إنه بعد ترتيب شقتي، استطعت فعلاً زيادة مبيعاتي».

«أصبحت أنا وزوجي أكثر انسجاماً مع بعضنا».

«يذهلني القول إن مجرد رمي بعض الأشياء بعيداً بدّلني كثيراً».

«نجحتُ أخيراً في خسارة ثلاثة كيلوغرامات».

يبدو زبائني دوماً سعداء، وتُظهر النتائج أن الترتيب بدّل طريقتهم في التفكير وأسلوبهم في الحياة. في الواقع، لقد بدّل الترتيب مستقبلهم. لماذا؟ تمت الإجابة عن هذا السؤال بتفصيل أكبر في متن هذا الكتاب، لكنْ يمكن القول مبدئياً إنك حين ترتّب منزلك، فأنت ترتب أيضاً مسائلك وماضيك. ونتيجة لذلك، يمكنك أن تدرك بوضوح ما تحتاج إليه وما لا تحتاج إليه في حياتك، وما يجدر بك فعله وما لا يجدر بك فعله.

أعطي حالياً دروساً لزبائني في منازلهم، ولأصحاب الشركات في مكاتبهم. وكلها دروس خاصة ومباشرة، لكنّني أعجز عن خدمة كل زبائني. فهناك حالياً لائحة انتظار ممتدة على مدى ثلاثة أشهر، وأتلقى يومياً طلبات من أشخاص تعرفوا إليّ من زبون سابق، أو

سمعوا عن الدروس من شخص آخر. كما أنني أسافر إلى كل أنحاء اليابان، وإلى الخارج أحياناً.

تباع تذاكر محاضراتي العامة لسيدات المنازل والأمهات بين ليلة وضحاها. وثمة لائحة انتظار ليس فقط لتسجيل إلغاءات الحضور، وإنما أيضاً للتسجل على لائحة الانتظار؛ إلا أن عدد الأشخاص الذين يُعيدون شراء تذاكر لحضور محاضراتي يبلغ صفراً. قد يظن البعض أن هذا عيب أو فشل، ولكنه في الواقع دليل نجاح. لكن، ماذا لو كان عدم وجود معيدين في الواقع سرّ شعبية طريقتي؟

مثلما قلت في البداية، إن الأشخاص الذين يستعملون طريقة كونماري لا يعودون أبداً إلى الفوضى مجدداً. فبما أنهم يستطيعون إبقاء مساحتهم مرتبة، فهم لا يحتاجون أبداً إلى العودة لتلقي المزيد من الدروس. وأنا أتحقق بين الحين والآخر من وضع الطلاب الذين تلقوا دروسي للاطلاع على أحوالهم. وفي جميع الحالات تقريباً، لا يبقى منزلهم أو مكتبهم مرتباً فقط، وإنما يستمرون في تحسين مساحتهم. ويبدو ذلك جلياً من خلال الصور الفوتوغرافية التي يرسلونها إليّ، والتي تظهر أنهم يملكون عدداً أقل من الأغراض مما كان لديهم عند إنهاء الدروس، فضلاً عن أنهم اشتروا ستائر ومفروشات جديدة، وأصبحوا محاطين فقط بالأشياء التي يحبونها.

لماذا تحوّل دروسي الأشخاص؟ لأن طريقتي ليست مجرد تقنية. فمسألة الترتيب في الواقع سلسلة من الأفعال البسيطة التي يتم فيها نقل الأشياء من مكان إلى آخر. وينطوي ذلك على وضع الأشياء حيث تنتمي. يبدو الأمر بسيطاً جداً، لدرجة أنّ ولداً في السادسة من عمره يستطيع فعل ذلك. إلا أن معظم الأشخاص عاجزون عن

القيام بهذا. فبعد فترة وجيزة من الترتيب، تطغى الفوضى العبثية على مساحتهم مجدداً. والسبب ليس الافتقاد إلى المهارات، وإنما الافتقاد إلى الوعي وعدم القدرة على الترتيب بفاعلية. بتعبير آخر، يكمن أساس المشكلة في العقل. فالنجاح يرتبط بنسبة 90 في المئة بتفكيرنا. وإذا استثنينا القليلين المحظوظين الذين ولد التنظيم معهم بصورة فطرية، فإن العودة إلى الفوضى أمر محتم إذا لم نعالج مسألة التفكير، مهما رمينا من أشياء أو نظمنا الأشياء بطريقة ذكية.

إذاً، كيف يمكنك اكتساب النوع الصحيح من التفكير؟ ثمة طريقة واحدة فقط، والمفارقة هي أنها تقوم على اكتساب التقنية الصحيحة. تذكر: طريقة كونماري التي أصفها في هذا الكتاب ليست مجرد مجموعة من القواعد حول كيفية فرز الأشياء وتنظيمها ووضعها في مكانها الصحيح، بل إنها دليل لاكتساب طريقة التفكير الصحيحة بهدف توليد النظام والتحول إلى شخص مرتب.

طبعاً، لا أستطيع ادعاء أن كل طلابي باتوا مثاليين في فن الترتيب. فلسوء الحظ، توجب على بعضهم التوقف لسبب أو لآخر قبل انتهاء الدورة. وغادر بعضهم لأنهم توقعوا مني أن أنجز العمل نيابة عنهم. لكنْ بصفتي مهووسة ومحترفة في التنظيم، أستطيع القول لك الآن إنني مهما حاولتُ تنظيم مساحة شخص آخر، ومهما كانت طريقة التخزين التي أنصح بها مثالية، فأنا لا أستطيع أبداً ترتيب منزل شخص آخر بالمعنى الصحيح للكلمة. لماذا؟ لأن إدراك الشخص ومفهومه لأسلوب عيشه أكثر أهمية من أية مهارة في الفرز أو التخزين أو ما شابه. فبالفعل، يرتبط الترتيب بالمفاهيم الشخصية لأسلوب العيش الذي يريده الشخص.

يفضِّل معظم الأشخاص العيش في مساحة نظيفة ومرتبة. وأي شخص نجح في ترتيب مساحته ذات مرة سيتمنى دوماً لو أنه أبقاها هكذا. لكن العديد من الأشخاص لا يعتقدون أن هذا الأمر ممكن. فهم يجرّبون طرائق مختلفة للترتيب، لكنهم يجدون بعدها أن الأمور قد عادت سريعاً إلى «نمطها الطبيعي». إلا أنني مقتنعة تماماً أنه باستطاعة أي شخص أن يبقي مكانه مرتباً.

لذا، من الضروري أن تعيد تقييم عاداتك وافتراضاتك بشأن الترتيب بطريقة شاملة. قد يبدو لك هذا أمراً متعباً جداً، لكن لا تقلق. فعندما تنتهي من قراءة هذا الكتاب، ستكون مستعداً وراغباً. يقول لي الناس غالباً: «أنا غير منظم بطبيعتي» أو «لا أستطيع فعل ذلك» أو «لا أملك الوقت». لكن الفوضوية ليست أمراً وراثياً، وهي غير مرتبطة بضيق الوقت.

فللأمر علاقة بتراكم المفاهيم الخاطئة بشأن الترتيب، مثل «من الأفضل الاهتمام بغرفة واحدة في كل مرة»، أو «من الأفضل فعل القليل كل يوم»، أو «يفترض بالتنظيم أن يتبع برنامج تدفق الأغراض».

في اليابان، يعتقد الأشخاص أن القيام ببعض الأمور- مثل تنظيفك غرفتك، وإبقائك حمامك لامعاً - يجلب الحظ. لكن، إذا كان منزلك فوضوياً، فإن تأثير تلميع مقعد المرحاض سيكون محدوداً. وينطبق الشيء نفسه على تطبيق مفهوم «فوينغ شوي» (feng shui). فحين يكون منزلك مرتباً فقط، فستنبعث الحياة من مفروشاتك وزخرفاتك.

عندما تنتهي من ترتيب منزلك، سوف تتغير حياتك بطريقة جذرية. وبعدما تختبر ما يعنيه فعلاً امتلاك منزل مرتب، سوف تشعر

أن عالمـك كلـه أصبح سـاطعاً، ولن تعـود مرة أخرى إلى الفوضى. وهذا ما أسـميه سـحر الترتيب، علماً أن التأثيرات مذهلة. فالمسـألة لا تقتصر على عدم عودتك بتاتاً إلى الفوضى، وإنما سـتختبر أيضاً انطلاقة جديدة في حياتك. هذا هو السـحر الذي أريد مشـاركته مع أكبر عدد ممكن من الأشخاص.

الفصل الأول

لماذا لا أستطيع
إبقاء منزلي مرتباً؟

لا يمكنك الترتيب مطلقاً إذا لم تتعلم الطريقة

عندما أخبر الأشخاص أن مهمتي تقوم على تعليم الآخرين كيفية الترتيب، أتلقى عادة نظرات تعجب. ويكون أول سؤال: «هل يمكنك فعلاً جني المال من هذا؟!»، ويليه دوماً هذا السؤال: «هل يحتاج الناس إلى دروس في الترتيب؟!».

صحيح أن الأساتذة في المدارس يقدمون دروساً في كل شيء؛ بدءاً من الطبخ، ومروراً بالاعتناء بالحديقة، ووصولاً إلى اليوغا والتأمل، لكنك لن تجد على الأرجح صفوفاً تعلّم كيفية الترتيب. فثمة افتراض عام لدى الجميع، وهو أن الترتيب لا يحتاج إلى تعليم، وإنما يتم اكتسابه بصورة طبيعية. فمهارات الطهو ووصفات الطبخ يتم توريثها بمثابة تقاليد عائلية من الجدة إلى الأم فالابنة، لكنّ أحداً لم يسمع مطلقاً بتوريث الأسرار العائلية للترتيب، حتى ضمن المنزل الواحد.

عد بالذاكرة إلى طفولتك. أنا واثقة من أن معظمنا تلقى توبيخاً بسبب عدم ترتيب الغرف، لكن ما هو عدد الأهل الذين تعمّدوا تعليمنا كيف يكون الترتيب جزءاً من تنشئتنا؟ في إحدى الدراسات حول هذا الموضوع، تبيّن أن أقل من 0.5 في المئة أجابوا «بنعم» على السؤال: «هل تعلّمت يوماً الترتيب بطريقة رسمية؟». صحيح أن أهلنا طلبوا منا أن نرتب غرفنا، لكنهم بدورهم لم يتدربوا مطلقاً

على كيفية فعل ذلك. ففي ما يتعلق بالترتيب، نحن جميعاً نتعلم المسألة من تلقاء أنفسنا.

والمؤسف أن تعليم الترتيب ليس فقط مهملاً في المنزل، وإنما في المدرسة أيضاً. فبالفعل، قد تعمد صفوف الاقتصاد في اليابان ومختلف أنحاء العالم إلى تعليم الأولاد كيفية صنع البرغر في صف الطهو، أو كيفية استعمال آلة الخياطة لإعداد مئزر، لكن بالمقارنة مع الطهو والخياطة، لا يتم تخصيص أي وقت لموضوع الترتيب.

لا شك في أن الطعام والملابس والمأوى هي أكثر الحاجات الإنسانية الضرورية، ولذلك يعتبر مكان عيشنا مهماً بقدر ما نأكله وما نرتديه. لكن في معظم المجتمعات، يصرف النظر عن الترتيب؛ أي المهمة التي تبقي المنزل صالحاً للعيش فيه، بسبب المفهوم الخاطئ القائل إن القدرة الأساسية على الترتيب تكتسب من خلال التجربة، ولا تحتاج بالتالي إلى التدريب.

لكن، هل صحيح أن الأشخاص الذين يرتبون لسنوات أطول من غيرهم يكونون أفضل في الترتيب؟ الجواب هو «لا». فخمسة وعشرون في المئة من طلابي نساء في عمر الخمسين، ومعظمهنّ سيدات بيوت منذ 30 عاماً تقريباً، مما يجعلهنّ مخضرمات في هذه الوظيفة. لكن، هل صحيح أنهن يرتبن بصوة أفضل من النساء اللواتي في العشرين من أعمارهن؟ العكس هو الصحيح. فالعديد منهن أمضين الكثير من الأعوام في تطبيق طرائق تقليدية لا تجدي نفعاً، حيث باتت منازلهن مليئة بأغراض غير ضرورية؛ مما يدفعهنّ إلى الكفاح من أجل إبقاء الفوضى تحت السيطرة باتباع طرائق تخزين غير فعالة. وكيف يمكن أن نتوقع منهنّ أن يعرفن كيفية الترتيب فيما

لم يدرسن الأمر مطلقاً بطريقة صحيحة؟

إذا كنت أنت أيضاً لا تعرف كيفية الترتيب بفاعلية، فلا تسمح لعزيمتك بأن تثبط. فقد حان الوقت الآن للتعلم. وعند دراستك طريقة كونماري المعروضة في هذا الكتاب وتطبيقها، يمكنك الفرار من حلقة الفوضى المفرغة.

رتّب دفعة واحدة وبطريقة صحيحة

«أنا أرتب حين أدرك أن مكاني غير مرتب، ولكنّني عندما أنتهي من ذلك، لا يمضي وقت طويل قبل أن تعود الفوضى مجدداً». إنها شكوى شائعة، فيما الجواب القياسي المتوافر في أعمدة النصائح في المجلات هو: «لا تحاول ترتيب كل منزلك دفعة واحدة، فسوف تخفق. اعتد على ترتيب القليل في كل مرة». صادفت هذه العبارة للمرة الأولى حين كنت في الخامسة من عمري. فقد كنت الطفلة الوسطى بين ثلاثة أولاد، وتربيت بقدر كبير من الحرية. إذ كانت أمي مشغولة بالاهتمام بأختي الصغيرة المولودة حديثاً، فيما أخي الذي يكبرني بسنتين كان مسمّراً دوماً أمام شاشة التلفزيون للعب ألعاب الفيديو. ونتيجة لذلك، أمضيت معظم وقتي في المنزل بمفردي.

وبينما أكبر، كانت هوايتي المفضلة قراءة المجلات الخاصة بسيدات المنازل. فقد اشتركت أمي بمجلة ESSE، وهي مجلة مليئة بالمقالات حول الديكور الداخلي، وكيفية جعل العمل المنزلي أسهل، بالإضافة إلى لمحات عن المنتجات المتوافرة في الأسواق. وبمجرد وصول المجلة، كنت أخرجها من صندوق البريد قبل أن تعرف أمي بوصولها، ثم أفتح المغلّف وأغوص في المحتويات.

وفي طريق عودتي من المدرسة إلى المنزل، كنت أحب التوقف أمام المكتبة وتصفح مجلة Orange Page، وهي مجلة طبخ يابانية شعبية. لم يكن بوسعي قراءة كل الكلمات، لكنّ تينك المجلتين بما تتضمنانه من صور للأطعمة اللذيذة، والنصائح المذهلة حول كيفية إزالة البقع والدهون وتوفير المال، كانتا مذهلتين بالنسبة إليّ، وكنت أطوي زاوية الصفحة التي تلفت انتباهي وأحلم بتطبيق النصيحة.

أعددتُ أيضاً مجموعة من «ألعابي» بمفردي. فعلى سبيل المثال، بعد أن قرأت ذات يوم مقالاً عن توفير المال، أطلقتُ فوراً «لعبة توفير الطاقة» التي تقوم على التجول في المنزل، وإطفاء كل الأشياء غير المستعملة؛ رغم عدم معرفتي بأي شيء عن عدادات الكهرباء. وبعد قراءتي مقالاً آخر، ملأتُ قنينة ماء بلاستيكية بالماء، ووضعتها في خزان المرحاض في «مباراة فردية لتوفير الماء». وثمة مقالات عن التخزين ألهمتني بتحويل علب الحليب الكرتونية إلى فواصل في أدراج مكتبي، وإعداد رف للرسائل من خلال تكديس علب أشرطة الفيديو الفارغة بين قطعتي أثاث. وفي المدرسة، فيما كان جميع الأولاد يلعبون لعبة «اللقيطة»، كنت أنسحب بعيداً لأعيد ترتيب رفوف الكتب في صفنا، أو أتحقق من محتوى خزانة أدوات التنظيف، فيما أتذمر من طرائق التخزين السيئة. «لو كانت هناك علّاقة على شكل S لكان الاستعمال أسهل بكثير».

لكن، ثمة مشكلة واحدة بدت غير قابلة للحل. فمهما حاولت الترتيب، لم يكن وقت طويل يمضي قبل أن تعود الفوضى مجدداً إلى أية مساحة كنت قد رتبتها. إذ كانت الفواصل الكرتونية التي صنعتها من علب الحليب في درج مكتبي تمتلئ بالأقلام بسرعة. أما

رف الرسائل المصنوع من علب أشرطة الفيديو فيعجّ سريعاً بالرسائل والأوراق، حيث ينهار على الأرض. وفي ما يتعلق بمهارات الطهو أو الخياطة، تستطيع الممارسة جعل المهارة مثالية. لكن، رغم كون الترتيب عملاً منزلياً، إلّا أنّني لم أفلح قطّ في تحسين مهارتي مهما كررت ذلك. فما من شيء بقي مرتباً لوقت طويل.

كنت أواسي نفسي بالقول: «لا جدوى من الأمر. فعودة الفوضى مسألة محتّمة. وإذا حاولت إنجاز المهمة دفعة واحدة فسأصاب بالإحباط». إذ كنت قد قرأت هذه العبارات في العديد من المقالات المرتبطة بالترتيب، وافترضتُ أنها صحيحة. ولو أنّني أملك الآن آلة زمنية، لعدت إلى الوراء وقلت لنفسي: «هذا خطأ. إذا استخدمت الطريقة الصحيحة، فلن تخفقي أبداً».

يربط معظم الأشخاص كلمة «إخفاق» بالحمية الغذائية. لكنّهم حين يسمعونها في سياق الترتيب، يبقى لها معنى مفيد. يبدو منطقياً أن التخفيض المفاجئ والجذري في الفوضى يمكن أن يكون لديه التأثير نفسه للخفض الجذري للوحدات الحرارية؛ فقد يكون هناك تحسن قصير الأمد، ولكنّه لن يدوم طويلاً. لكن، لا تيأس. فما إن تبدأ بتحريك المفروشات والتخلص من الأشياء، حتى تتغير غرفتك. الأمر بسيط جداً. إذا رتّبت منزلك في جهد واحد وكبير، فستكون قد رتبت كل شيء بشكل كامل. لكنّ الفوضى قد تعود لأن معظم الأشخاص يعتقدون خطأ أنهم رتبوا كل شيء، فيما يكونون في الواقع قد قاموا بفرزِ الأشياء وتخزينها بصورة جزئية. إذا رتبت منزلك بطريقة صحيحة، فستتمكن من إبقاء غرفتك مرتبة على الدوام؛ حتى لو كنت كسولاً أو فوضوياً بطبيعتك.

رتّب قليلاً كل يوم فترتّب إلى الأبد

ماذا عن الاقتراح بأن ننجز القليل فقط كل يوم؟ قد يبدو هذا مقنعاً، ولكنْ لا تنخدع. فسبب عدم انتهائك أبداً من الترتيب هو أنك ترتب تحديداً القليل فقط في كل مرة.

لا شك في أنه من الصعب جداً تبديل عادات أسلوب العيش المكتسبة على مدى أعوام عدة. فإذا لم تنجح قطّ في البقاء مرتباً حتى اليوم، فستجد استحالة تقريباً في تطوير عادة الترتيب قليلاً كل يوم. فبالفعل، لا يستطيع الأشخاص تبديل عاداتهم من دون أن يبدِّلوا أولاً طريقة تفكيرهم. وليس هذا سهلاً! ففي النهاية، تصعب السيطرة على ما نفكر فيه. لكن ثمة طريقة لتحويل طريقة تفكيرنا بشأن الترتيب.

لفت موضوع الترتيب انتباهي للمرة الأولى عندما كنت في الثانوية. فقد رأيتُ صدفة كتاباً اسمه «فن التخلّص من الأشياء» (The Art of Discarding) للمؤلفة ناغيسا تاتسومي يشرح أهمية رمي الأشياء بسهولة. اشتريت الكتاب في طريق عودتي من المدرسة إلى المنزل، وأنا مذهولة لرؤيتي موضوعاً لم أصادفه من قبل قطّ. وما زلت حتى الآن أذكر الحماسة التي شعرت بها حين قرأته في القطار. وقد استغرقت في القراءة كثيراً لدرجة أنّني كدت أفوّت محطتي. وبعد وصولي إلى المنزل، توجّهت مباشرة إلى غرفتي مع مجموعة من أكياس النفايات، وأغلقت الباب على نفسي لساعات عدة. صحيح أن غرفتي صغيرة، لكنّني عندما أنهيت عملي، كانت لديّ ثمانية أكياس مليئة بالأغراض وتحتوي على ملابس لم أرتدِها مطلقاً، ودفاتر ترجع إلى أيام المدرسة الابتدائية، وألعاب لم ألعب

بها منذ أعوام، ومجموعات من المماحي؛ وهي أشياء نسيت أن معظمها موجود أصلاً. بعد ذلك، جلستُ على الأرض من دون حراك لمدة ساعة تقريباً، وأنا أحدّق إلى كومة الأكياس وأتساءل: «لماذا أزعج نفسي بالاحتفاظ بكل هذه الأشياء؟!».

لكن أكثر ما صدمني هو مدى اختلاف مظهر غرفتي. فبعد ساعات قليلة فقط، استطعت رؤية أجزاء من الأرض لم تكن خالية من قبل قطّ. وبدت غرفتي وكأنها تحولت، فيما الهواء داخلها أصبح منعشاً أكثر، لدرجة أن تفكيري بات أوضح. عندها، أدركتُ أن الترتيب يمكن أن يكون له تأثير أكثر مما تصورت. ذهلتُ بمدى التغيير، وحوّلتُ انتباهي منذ ذلك اليوم من الطهو والخياطة اللذين ظننتُ أنهما أساسيان في تدبير المنزل، إلى فن الترتيب.

الترتيب يعطي نتائج منظورة. الترتيب لا يكذب أبداً. وأبرز سرّ للنجاح هو ما يلي: إذا رتّبت كل شيء دفعة واحدة، وليس على دفعات، فبإمكانك تبديل تفكيرك بصورة جذرية. وهذا يُحدِث تبديلاً عميقاً جداً؛ حيث يلامس عواطفك، ويؤثر حتماً في طريقة تفكيرك وعاداتك في أسلوب العيش. لا يطوّر زبائني عادة الترتيب تدريجياً. فكل واحد منهم ابتعد تماماً عن الفوضى منذ أن بدأ ماراثون الترتيب. وهذه الطريقة هي سرّ الحؤول دون الإخفاق.

حين يعود الناس إلى الفوضى مهما كانوا مرتبين، فالخلل يكمن في طريقة تفكيرهم وليس في غرفتهم أو في أغراضهم. وحتى لو كانوا ملهَمين أساساً، فإنهم يكافحون للحفاظ على الحافز وتتلاشى جهودهم. يكمن السبب الأساسي للمشكلة في عدم قدرتهم على رؤية النتائج أو الإحساس بالتأثيرات. وهذا بالضبط سبب ارتباط

النجاح بمعاينة نتائج ملموسة على الفور. فإذا استخدمت الطريقة الصحيحة، وركّزت جهودك على التخلص من الفوضى بصورة كاملة وتامة في غضون وقت قصير، فسوف تلاحظ نتائج فورية تحفزك على إبقاء مساحتك مرتبة على الدوام. وفي الواقع، إنّ أي شخص يعيش هذه التجربة، أياً يكن، سيقسم حتماً على عدم العودة إلى الفوضى مجدداً.

السعي إلى الكمال

«لا تسعَ وراء الكمال، بل انطلق ببطء، وتخلَّص من غرض واحد فقط كل يوم». يا لها من كلمات جميلة تثلج قلوب الذين يفتقدون إلى الثقة في قدرتهم على الترتيب، أو يعتقدون أنهم لا يملكون الوقت لإنجاز المهمة بشكل صحيح. صادفتُ هذه النصيحة حين قرأتُ كل الكتب المتعلقة بالترتيب التي تم نشرها في اليابان. وقد وقعت في شركها لسوء الحظ. إلّا أن الزخم الناجم عن فرحتي بالترتيب الذي كنت أقوم به سرعان ما كان يخبو، فأشعر بالضجر بسبب قلة النتائج الملموسة. تبدو هذه الكلمات منطقية. فقد يبدو السعي وراء الكمال مخيفاً منذ البداية. وبالإضافة إلى ذلك، يفترض بالكمال أن يكون صعب المنال. وعند التخلص من غرض واحد كل يوم، سيتم التخلص من 365 غرضاً في نهاية العام.

لذا، حين قرأت الكتاب اقتنعتُ أنّني اكتشفتُ طريقة عملية جداً، واتّبعت فوراً تعليماته. فتحتُ خزانة ملابسي في الصباح متسائلة عما يجدر بي التخلص منه في ذلك اليوم، فرأيتُ قميصاً قطنياً لم أعد أرتديه منذ مدة، فوضعته في كيس النفايات. وقبل

خلودي إلى السرير في الليلة التالية، فتحتُ درج مكتبي واكتشفتُ دفتراً صغيراً بدا طفولياً جداً بالنسبة إليّ، فوضعته في الكيس أيضاً. كما لاحظتُ دفتر مذكرات في الدرج نفسه أيضاً، فقلتُ لنفسي: «أوه، لا أحتاج إلى هذا أيضاً». لكن، فيما مددت يدي لأخذه ورميه بعيداً، توقفتُ عند فكرة جديدة: «أستطيع رمي هذا غداً». وانتظرتُ حتى صباح اليوم التالي لرميه بعيداً. وفي اليوم التالي، نسيتُ المسألة تماماً، فرميتُ غرضين في اليوم الذي تلاه...

لأكون صريحة، لم يدم الأمر أسبوعين. فأنا لست من نوع الأشخاص الذين يحبون الاستمرار في محاولة القيام بشيء ما، بمعدل خطوة واحدة كل مرة. فهذه الطريقة لا تجدي نفعاً مع أشخاص مثلي ينجزون واجباتهم في اليوم الأخير قبل الموعد النهائي. وبالإضافة إلى ذلك، تبيّن لي أن رمي غرض واحد كل يوم لم يتوازن مع ما يحصل حين أتسوق؛ إذ أشتري عدة أغراض دفعة واحدة. وفي النهاية، تبيّن لي أن السرعة التي أتخلص فيها من الأغراض لم تتماشَ مع السرعة التي أشتري فيها أشياء جديدة، وواجهتُ الحقيقة المثبطة، وهي أنّ مكاني لا يزال فوضوياً. ولم يمضِ وقت طويل قبل أن أنسى تماماً قاعدة رمي غرض واحد كل يوم.

لذا، أستطيع أن أقول لك انطلاقاً من تجربتي الخاصة إنك لن تنجح أبداً في ترتيب منزلك إذا قمتَ بترتيبه من دون حماسة. فإذا كنت مثلي، من النوع غير المجتهد وغير المثابر، فأنا أوصيك بالسعي وراء الكمال دفعة واحدة. قد يعارض العديد من الأشخاص استعمالي لكلمة «كمال»، ويصرّون على أنه هدف مستحيل. لكن، لا

تقلق. ففي النهاية، ليس الترتيب مجرد عمل مادي، إذ يمكن تقسيم العمل إجمالاً إلى نوعين: تحديد ما إذا كان يجب رمي الشيء أم لا، وتحديد المكان الذي يجب وضعه فيه. وإذا استطعتَ القيام بهذين الأمرين، فستكون قد بلغتَ الكمال فعلاً. فالأشياء يمكن عدّها، وكل ما تحتاج إليه هو النظر إلى كل غرض على حدة، وتحديد ما إذا كنت تريد الاحتفاظ به أم لا، والمكان الذي تريد وضعه فيه. هذا هو كل ما تحتاج إليه لإنجاز هذه المهمة. ولا يصعب أبداً الترتيب بشكل تام ومثالي دفعة واحدة. في الواقع، يستطيع أي كان فعل ذلك. وإذا أردت تفادي الإخفاق وتفادي العودة إلى الفوضى، فهذه هي الطريقة الوحيدة للقيام بذلك.

ما إن تبدأ حتى تعيد ضبط حياتك

هل وجدت نفسك يوماً عاجزاً عن الدراسة عشية الامتحان، فبدأت بالترتيب بطريقة مسعورة؟ أعترف أنّني فعلتُ ذلك. في الواقع، كان هذا حدثاً عادياً بالنسبة إليّ. إذ كنت آخذ كومات الأوراق التي تملأ مكتبي وأرميها في سلة المهملات، فأعجز بعدها عن التوقف، وأمسك بالكتب والأوراق المبعثرة على الأرض وأباشر في ترتيبها في مكتبتي. وأخيراً، أفتح درج مكتبي وأباشر في تنظيم أقلامي. وقبل أن أدرك الأمر، تكون الساعة قد تجاوزت الثانية والنصف من بعد منتصف الليل. إلّا أنّني لا أشعر بالنعاس، فأبقى مستيقظة حتى الخامسة فجراً، وأفتح حينها كتابي بذعر شديد، وأبدأ بالدرس.

كنت أظن أن هذه الحاجة الملحة إلى الترتيب قبل الامتحان ميزة غريبة عندي فقط، ولكنْ بعد لقائي العديد من الأشخاص

الآخرين الذين يفعلون الشيء نفسه، أدركت أنها ظاهرة شائعة. فبالفعل، يشعر العديد من الأشخاص بحاجة ملحة إلى الترتيب حين يكونون تحت الضغط؛ تماماً كما يحصل قبل الامتحان. إلا أن هذه الحاجة الملحة لا تحصل لأنهم راغبون في ترتيب غرفهم، بل لأنهم يحتاجون إلى ترتيب «شيء آخر». في الواقع، تكافح أدمغتهم للدراسة، لكن عندما يلاحظ الدماغ المساحة الفوضوية، ينتقل التركيز إلى «أحتاج إلى ترتيب غرفتي». ونادراً ما تستمر الرغبة الملحة في الترتيب بعد انتهاء الأزمة، وهذا خير إثبات للنظرية. فبعد انتهاء الامتحان، يتبدد الشغف بالترتيب الذي برز في الليلة الماضية، وتعود الحياة إلى طبيعتها، وتختفي كل أفكار الترتيب من عقل الشخص. لماذا؟ لأن المشكلة التي كانت موجودة، أي الحاجة إلى الدراسة قبل الامتحان، «تمت معالجتها».

لا يعني ذلك أن ترتيب غرفتك سيهدئ عقلك المضطرب فعلاً. فهو قد يساعدك على الإحساس بالراحة بصورة مؤقتة، ولكنّ هذه الراحة لن تدوم طويلاً، لأنّك لم تعالج السبب الحقيقي لقلقك. وإذا سمحت للارتياح المؤقت الناجم عن ترتيبك مساحتك المادية بأن يضللك، فلن تدرك أبداً الحاجة إلى ترتيب مساحتك النفسية. وكان هذا صحيحاً بالنسبة إليّ. فقد كنت منشغلة «بالحاجة» إلى ترتيب غرفتي، ولذلك احتجتُ إلى وقت طويل جداً لأبدأ بالدراسة، ولهذا السبب كانت علاماتي مريعة دوماً.

دعنا نتخيل غرفة فوضوية. إنها لم تصبح فوضوية من تلقاء نفسها، بل أنت- الشخص الذي يعيش فيها- من جعلها فوضوية. وثمة قول شائع مفاده «الغرفة الفوضوية تعني عقلاً فوضوياً». وأنا

شخصياً أنظر إلى الأمر بهذه الطريقة. فحين تصبح الغرفة فوضوية، لا يكون السبب مادياً فقط. فالفوضى المرئية تساعدنا على صرف انتباهنا عن السبب الحقيقي للاضطراب. والواقع هو أن الفوضى ردة فعل فطرية تصرف انتباهنا بعيداً عن لبّ المشكلة. فإذا كنت عاجزاً عن الإحساس بالاسترخاء في غرفة نظيفة ومرتبة، حاول مواجهة إحساسك بالقلق. وقد يلقي ذلك الضوءَ على ما يزعجك فعلاً. فحين تكون غرفتك نظيفة وغير فوضوية، لن يبقى لديك أي خيار سوى الالتفات إلى حالتك الباطنية. وحينها، يمكنك رؤية كل المشكلات التي حاولت تفاديها، وستجبر على التعامل معها. وفي اللحظة التي ستبدأ فيها بالترتيب، ستجد نفسك مضطراً إلى إعادة ضبط كل حياتك. ونتيجة لذلك، ستبدأ حياتك بالتغير. لهذا السبب، يجب إنجاز مهمة ترتيب المنزل بسرعة كبيرة؛ فهذا يتيح لك مواجهة المسائل المهمة فعلاً. الترتيب مجرّد أداة، وليس المقصد النهائي. ويفترض بالهدف الحقيقي أن يكون إنشاء أسلوب عيش ترغب في اعتماده بعد ترتيب منزلك.

خبراء التخزين مسببون للفوضى

ما هي أول مشكلة تخطر في بالك حين تفكر في الترتيب؟ قد تكون إجابة الكثير من الأشخاص عن هذا السؤال هي: «التخزين». وبالفعل، يطلب مني زبائني غالباً تعليمهم ما يجب ترتيبه وأين. أستطيع فعل ذلك من دون شك، لكنّ هذا الأمر ليس المشكلة الحقيقية لسوء الحظ، لأن الفخ يكمن في كلمة «تخزين». فالتعليمات المرتبطة بكيفية تنظيمك أغراضك وتخزينها تكون مصحوبة دوماً

بعبارات شاملة تجعل الأمر يبدو بسيطاً، مثل: «نظِّم مساحتك في وقت قصير جداً»، أو «اجعل الترتيب سريعاً وسهلاً». إذ تميل الطبيعة البشرية دوماً إلى الطريق السهلة، ويختار معظم الأشخاص طرائق التخزين التي تعد بنتائج سريعة وملائمة في إزالة الفوضى الظاهرة. وعليّ الاعتراف بأنّني وقعتُ أيضاً في شرك «أسطورة التخزين» هذه.

وبصفتي عاشقة للمجلات الخاصة بسيدات البيوت منذ صفوف الحضانة، كنت أجرّب على الفور كل اقتراح أقرأه في أي مقالة تتناول ترتيب الأغراض. وقد صنعتُ أدراجاً من علب المناديل الورقية، وكسرتُ حصّالة نقودي لشراء أغراض للتخزين. وفي الصفوف المتوسطة، في طريق عودتي من المدرسة إلى المنزل، كنت أزور متجر الخردوات أو أتصفح كشك المجلات للتحقق من أحدث المنتجات المتوافرة في الأسواق. وفي الصفوف الثانوية، اتصلتُ ذات مرة بصانع بعض الأغراض المميزة والمحيّرة، وطلبتُ من موظفة الاستقبال أن تروي لي قصص اختراعها. استخدمتُ أغراض التخزين تلك لتنظيم أشيائي، لأقف بعدها وأتأمل بإعجاب عملي اليدوي، راضية عن الشكل المريح الذي أصبح عليه عالمي. واستناداً إلى تلك التجربة، أستطيع القول بصراحة إن طرائق التخزين لا تحلّ مشكلة كيفية التخلص من الفوضى. ففي النهاية، تبقى مجرد جواب سطحي.

عندما عدتُ إلى صوابي أخيراً، لاحظتُ أنّ غرفتي لم تكن مرتبة؛ رغم امتلائها بمنصات المجلات، ورفوف الكتب، والحواجز الفاصلة في الأدراج، ومختلف أنواع لوازم التخزين. فقلت لنفسي: «لماذا لا أزال أشعر بأن غرفتي فوضوية فيما عملتُ بكدّ كبير

لتنظيمها وتخزين الأشياء؟!». وغمرني اليأس، فنظرت إلى محتويات كل وحدة تخزين قبل أن تتكشف أمامي الحقيقة. لم أكن بحاجة إلى معظم الأشياء الموجودة فيها. صحيح أنّني كنت أرتّب، لكنّني في الواقع كنت أبدّد وقتي على إبعاد الأشياء عن ناظريّ، ووضع الأغراض التيَ لا أحتاج إليها تحت غطاء. وفي الواقع، إنّ وضع الأشياء بعيداً يولّد الوهم بأنه تم حلّ مشكلة الفوضى. ولكن، عاجلاً أم آجلاً، سوف تمتلئ كل وحدات التخزين، وتفيض الغرفة بالأشياء مجدداً، فتبرز الحاجة إلى طرائق تخزين جديدة و«سهلة»؛ مما يولّد دوامة سلبية. ولهذا السبب، يجب أن يبدأ الترتيب بالتخلص من الأغراض. فعلينا أن نتدرّب على السيطرة الذاتية، وعلى مقاومة الرغبة في تخزين أغراضنا قبل أن ننتهي من تحديد ما نريده فعلاً ونحتاج إلى الاحتفاظ به.

الفرز وفق الفئة وليس الموقع

دراستي الجدية للترتيب بدأت حين كنت في الصفوف المتوسطة، وارتكزت مبدئياً على التمرن بشكل متكرر. ففي كل يوم، كنت أنظف مكاناً واحداً فقط؛ غرفتي الخاصة، أو غرفة أخي، أو غرفة أختي، أو الحمام. وفي كل يوم، كنت أخطط وأحدّد المكان الذي سأرتبه، وأطلق حملات فردية تشبه مبيعات المقايضة. «الخامس من كل شهر هو يوم غرفة الجلوس!». «اليوم هو يوم تنظيف غرفة الطعام». «غداً، سأغزو خزائن الحمام!».

حافظتُ على هذه العادة حتى بعدما دخلت الثانوية. فكلما عدتُ إلى المنزل، توجّهت مباشرة إلى المكان الذي قررتُ تنظيفه

في ذلك اليوم من دون حتى أن أبدّل ملابسي المدرسية. فإذا كان هدفي مجموعة من الأدراج البلاستيكية في خزانة الحمام، كنت أفتح الأبواب وأخرج كل شيء من الأدراج، بما في ذلك عيّنات مستحضرات التجميل، والصابون، وفراشي الأسنان، وشفرات الحلاقة. وأقوم بعد ذلك بفرزها وفق فئاتها، وأنظِّمها في علب مقسمة، قبل أن أعيدها إلى الدرج. وأخيراً، أحدّق بإعجاب وهدوء إلى المحتويات المنظمة بترتيب قبل أن أنتقل إلى الدرج التالي. كنت أجلس على الأرض لساعات، وأفرز الأشياء في الخزانة إلى أن تناديني أمي لتناول العشاء.

ذات يوم، كنت أفرز محتويات درج في خزانة الممر، حين توقفت فجأة وأنا مذهولة وقلت لنفسي: «لا بدّ أنه الدرج نفسه الذي نظفته البارحة». غير أنه لم يكن الدرج نفسه، ولكن الأغراض الموجودة فيه هي نفسها بالضبط؛ أي عيّنات مستحضرات التجميل، والصابون، وفراشي الأسنان، وشفرات الحلاقة. فرزتها وفق فئاتها، ثم وضعتها في صناديق، ثم أعدتها إلى الدرج؛ تماماً مثلما فعلت في اليوم السابق. وفي تلك اللحظة، أدركت الحقيقة: الترتيب بحسب الموقع خطأ مميت. وأعترف أنّني أشعر بالأسف لأنّني احتجتُ إلى ثلاث سنوات لأدرك ذلك.

يتفاجأ العديد من الأشخاص لدى سماعهم أنّ مثل هذه الطريقة القابلة للتطبيق في الواقع فخ شائع. ويكمن أساس المشكلة في حقيقة تخزين الأشخاص للنوع نفسه من الأغراض في أكثر من مكان واحد. وحين نرتب كل مكان على حدة، نخفق في ملاحظة أننا نكرر العمل نفسه في مواقع عدة، ونصبح أسرى لحلقة مفرغة

في الترتيب. ولتفادي ذلك، أوصي بالترتيب وفق الفئة. على سبيل المثال، بدل القول إنك ستنظف اليوم غرفة معينة، حدِّد أهدافاً مثل: «الملابس اليوم، والكتب غداً». ثمة سبب رئيس يجعل العديدين منا عاجزين دوماً عن النجاح في الترتيب؛ وهو امتلاكنا الكثير من الأغراض. وهذا الفائض ناجم عن جهلنا لمقدار الأشياء التي نمتلكها. لذا، حين نوزّع مخزوننا من غرض معين في أرجاء المنزل ونرتب مكاناً واحداً في كل مرة، لن نتمكن أبداً من استيعاب الحجم الإجمالي، ولن ننتهي من الترتيب أبداً. وللفرار من هذه الدوامة السلبية، عليك الترتيب وفق الفئة وليس وفق المكان.

لا تغيّر الطريقة لتناسب شخصيتك

تزعم الكتب المتعلقة بالترتيب وإزالة الفوضى أن سبب الفوضى يختلف حسب الشخص. وبالتالي، علينا إيجاد الطريقة الفضلى لشخصيتنا. للوهلة الأولى، قد تبدو هذه الفكرة مقنعة، وقد نفكّر على الشكل التالي: «إذاً، لهذا السبب لا أفلح في إبقاء مكاني مرتباً»، أو «الطريقة التي كنت أعتمدها لا تناسب شخصيتي»، أو «يمكننا التحقق من الجدول لمعرفة الطريقة المناسبة للأشخاص الكسالى، والأشخاص المنهمكين، والأشخاص النيقين أو غير النيقين، واختيار الأنسب لنا.

في مرحلة ما، تعمقت في فكرة تصنيف طرائق الترتيب وفق نوع الشخصية، فقرأت كتباً في علم النفس، وأجريت مقابلات مع زبائني لمعرفة فئة دم كل منهم، وشخصيات أهلهم، إلخ... لا، بل أخذت أيضاً في الاعتبار تاريخ ميلاد كل منهم. أمضيت أكثر من

خمس سنوات في تحليل نتائجي؛ للبحث عن مفهوم شامل يحدد الطريقة المثلى لكل شخصية. إلا أنّني اكتشفت عوضاً عن ذلك أنّ لا جدوى أبداً من تبديل طريقتك لتناسب شخصيتك. ففي ما يتعلق بالترتيب، يكون معظم الأشخاص كسالى، ومشغولين أيضاً. أما بالنسبة إلى الذوق صعب الإرضاء، فيمكن القول إن كل شخص نيّق بشأن أشياء معينة دون سواها. عندما تمعنت في فئات الشخصيات المقترحة، أدركت أنّني أتلاءم معها كلّها. إذاً، وفق أي معيار يجدر بي تصنيف الأسباب التي تجعل الأشخاص غير مرتبين؟

اعتدتُ على محاولة تصنيف كل شيء، لأنّني أمضيتُ ربما الكثير من الوقت في التفكير في كيفية التنظيم. وعندما بدأت عملي للمرة الأولى كمستشارة، عملتُ بكدّ كبير لتصنيف زبائني وتخصيص محتوى خدماتي للتماشي مع كل نوع. لكنّني لاحظتُ في المقابل أنّني أملك حافزاً أكبر. فقد تخيلت نوعاً ما أن مفهوماً معقداً ومؤلفاً من طرائق مختلفة ومتنوعة تناسب أنواع شخصيات مختلفة سيجعلني أبدو أكثر مهنية. إلا أنّني بعد أن أمعنت في التفكير، استنتجتُ أنّه من المنطقي أكثر تصنيف الأشخاص وفق أفعالهم، وليس وفق خصائص عامة في شخصياتهم.

وباعتماد هذه الطريقة، تبيّن لي أن الأشخاص الذين لا يستطيعون البقاء مرتبين يمكن تصنيفهم إلى ثلاثة أنواع فقط: النوع الذي لا يستطيع رمي أي شيء، والنوع الذي لا يستطيع إعادة الشيء إلى مكانه، والنوع الذي يدمج النوعين السابقين معاً. وعندما درست شخصيات زبائني بتمعن، أدركت أن 90 في المئة منهم ينتمون إلى الفئة الثالثة، أي أولئك الذين لا يستطيعون رمي أي شيء، والذين

لا يستطيعون إعادة الشيء إلى مكانه. أما نسبة العشرة في المئة المتبقية فأفرادها ينتمون إلى الفئة التي لا تستطيع إعادة الشيء إلى مكانه. إلا أنني أردت إيجاد شخص ينتمي حصرياً إلى الفئة التي لا تستطيع رمي أي شيء؛ لأن الشخص الذي يعجز ربما عن رمي الأشياء سيصبح لديه قريباً الكثير من الأشياء التي لا يتسع لها مكان التخزين عنده. وفي ما يتعلق بأولئك الذين تبلغ نسبتهم 10 في المئة، والذين يستطيعون الرمي وإنما لا يستطيعون إعادة الأشياء إلى مكانها، فقد تبيّن لي أنّنا حين باشرنا في الترتيب بجدية، بدا جلياً أنهم يستطيعون رمي الكثير من الأشياء لأنهم جمعوا 30 كيساً على الأقل من النفايات.

فكرتي هي أن الترتيب يجب أن يبدأ بالتخلص من الأشياء؛ بصرف النظر عن نوع الشخصية. وطالما أن زبائني يستوعبون هذا المبدأ، فلا حاجة أبداً إلى تغيير محتوى ما أريد تعليمه ليتناسب مع كل شخص. نعم، أنا أعلّم المفهوم نفسه للجميع. ولكنْ بطبيعة الحال، تختلف طريقة عرضي للمعلومات وكيفية تطبيق كل زبون لما تعلمه؛ لأن كل شخص في النهاية مميز وفريد، تماماً مثل طريقة ترتيبه لمنزله. وفي الواقع، إن الترتيب الفعال ينطوي على عملين أساسيين: الرمي، وتحديد المكان حيث يجب تخزين الأغراض. ولا بدّ أن يأتي الرمي أولاً بين الخيارين. وهذا المبدأ لا يتغير. أما ما تبقى فيرتبط بمستوى الترتيب الذي تريد بلوغه شخصياً.

اجعل الترتيب حدثاً مميزاً

أبدأ دروسي عادة بهذه الكلمات: الترتيب حدث مميز. لا تفعله

كل يوم. وتلي ذلك عادة لحظة صمت مطبق. لذا، أكرر عبارتي: الترتيب يجب أن ينجز مرة واحدة فقط. ولجعل الأمر أكثر دقة، يجب ترتيب كل شيء مرة واحدة وضمن فترة زمنية واحدة.

إذا كنت تعتبر الترتيب بمثابة واجب دائم يجب إنجازه كل يوم، فإنك مخطئ بلا شك. فثمة نوعان من الترتيب: «الترتيب اليومي»، و«ترتيب الحدث الخاص». لا شك في أن الترتيب اليومي الذي يقوم على استعمال شيء وإعادته إلى مكانه سيكون دوماً جزءاً من حياتنا؛ طالما أننا نحتاج إلى استعمال الملابس والكتب ومواد الكتابة إلخ... لكن هدف هذا الكتاب هو إلهامك لمعالجة ترتيب «الحدث الخاص» القائم على ترتيب منزلك بأسرع ما يمكن.

وعند إنجاز هذه المهمة لمرة واحدة ونهائية بنجاح، سوف تحقق أسلوب العيش الذي تطمح إليه، وستتمكن من الاستمتاع بمساحة نظيفة وخالية من الفوضى وفق اختيارك الشخصي. هل يمكنك أن تضع يدك على قلبك وتقسم إنك تكون سعيداً حين تكون محاطاً بالكثير من الأغراض حيث لا تذكر حتى حقيقة محتواها؟ يتوق معظم الأشخاص إلى ترتيب منازلهم، إلا أن معظمهم يخفقون لسوء الحظ في اعتبار هذه المهمة بمثابة «حدث مميز»، ويتعاطون بدلاً من ذلك مع الغرف وكأنها مواقع تخزين. وقد تمرّ عقود عدة فيما يكافح الأشخاص للحفاظ على النظام وذلك بالترتيب كل يوم.

صدقني، ما لم تنجز مهمة ترتيب منزلك لمرة واحدة ونهائية، فإن أية محاولة للترتيب بشكل يومي ستكون محكومة بالفشل. وفي المقابل، بعدما تنظم منزلك، سيقتصر الترتيب على مهمة إعادة الأشياء إلى مواقعها الصحيحة. وبالفعل، يصبح هذا الأمر عادياً في

الـلا وعـي. وأسـتخدم عبـارة «الحدث الخاص» لأنـه من الضروري إنجـاز المهمـة ضمـن فترة زمنية قصيرة، فيما لا تزال متحلّياً بالطاقة والحماسة حيال ما تقوم به.

قد تخشى من عودة مساحتك إلى الفوضى بعد انتهائك من مهمة الترتيب. فأنت تتسـوق كثيراً ربما، وتتخيل أن ممتلكاتك سـتتكدس مجـدداً فـوق بعضهـا. أدرك أنـه مـن الصعب تصديق ما سـأقوله إذا لـم تجربـه مطلقـاً؛ لكنك حيـن تنجز هذا الترتيـب الدراماتيكي، لن تواجـه أيـة صعوبـة فـي إعادة الأشـياء إلى مكانهـا الصحيح، أو في تحديد مكان وضع الأشياء الجديدة. قد يبدو الأمر صعب التصديق، ولكنْ ما عليك إلا تجربة حالة الترتيب المثالي مرة واحدة لتتمكن مـن الحفـاظ عليهـا. وكل مـا عليك فعله هو أخـذ الوقت للجلوس والتمعـن فـي كل غـرض تملكه، وتحديد ما إذا كنت تريد الاحتفاظ بـه أو رميـه، ومـن ثـم اختيار الأماكن التي تريد وضع الأشـياء التي احتفظت بها فيها.

هل قلتَ لنفسك يوماً: «لست بارعاً في الترتيب مطلقاً»، أو «لا جدوى أبداً من المحاولة؛ فقد ولدت غير مرتب» يحمل العديد من الأشـخاص هذا النوع من الصورة الذاتية السـلبية طوال أعوام عدة، لكـن هـذه الصورة تتبدد لحظة يختبر الأشـخاص مسـاحتهم المرتبة بشـكل مثالـي. وهذا التغيـر الجذري فـي الإدراك الذاتي، والاعتقاد أنـك تسـتطيع فعـل أي شـيء إذا حسـمت أمـرك، يحوّلان السـلوك وأساليب العيش. لهذا السبب تحديداً، لا يتراجع طلابي إلى الوراء أبداً. وحين تختبر بنفسك التأثير القوي لمساحة مرتبة بشكل مثالي، لن تعود أنت أيضاً إلى الفوضى. نعم، أنت!

قد يبدو الأمر صعباً جداً، لكنّني أستطيع القول بصراحة إن الأمر بسيط جداً. فحين ترتب، فأنت تتعامل مع أشياء. والأشياء يسهل رميها ونقلها. ويستطيع أي كان فعل ذلك. هدفك واضح تماماً. وما إن تضع كل شيء في مكانه الصحيح حتى تكون قد عبرتَ خط النهاية. فعلى عكس العمل أو الدراسة أو الرياضة، لا حاجة أبداً إلى مقارنة أدائك مع أداء أي شخص آخر. فأنت المعيار، والأفضل من ذلك أن الشيء الذي يجده الجميع صعباً جداً- أي المتابعة- غير ضروري البتة. ما عليك سوى تحديد مكان وضع الأشياء مرة واحدة فقط.

لا أرتّب غرفتي أبداً. لماذا؟ لأنها مرتبة أصلاً. والترتيب الوحيد الذي أنجزه يحصل مرة واحدة، أو أحياناً مرتين في السنة، ويستمرّ لمدة ساعة واحدة فقط كل مرة. يصعب عليّ الآن تصديق الأيام العديدة التي أمضيتها في الترتيب من دون رؤية نتائج دائمة. وعلى العكس، أشعر الآن بالسعادة والرضى. فلديّ الوقت لاختبار السعادة في مساحتي الهادئة؛ حيث الهواء منعش ونظيف، ولديّ الوقت للجلوس وارتشاف الشاي فيما أفكر في يومي وأنظر حولي، فيقع نظري على لوحة فنية أحبها جداً اشتريتها من الخارج، أو إناء مليء بالأزهار الطبيعية في زاوية. صحيح أن المساحة التي أعيش فيها ليست كبيرة، لكنها مليئة فقط بتلك الأشياء العزيزة على قلبي. أسلوب عيشي يمنحني السعادة.

ألا تحب أنت أيضاً أن تعيش بهذه الطريقة؟

الأمر سهل حين تعرف كيف ترتب منزلك فعلاً.

الفصل الثاني

الرمي أولاً

ابدأ بالرمي؛ كل شيء دفعة واحدة

تظن أنك رتبت كل شيء بصورة مثالية، لكنك تلاحظ خلال أيام قليلة أنّ غرفتك عادت إلى حالة الفوضى مجدداً. ومع مرور الوقت، تجمع المزيد من الأشياء. وقبل أن تدرك الأمر، تكون مساحتك قد عادت إلى وضعها الأصلي. ينجم هذا الإخفاق عن اعتماد طرائق غير فعالة تعالج الترتيب بطريقة جزئية فقط. ومثلما ذكرت سابقاً، ثمة طريقة واحدة فقط للفرار من هذه الدوامة السلبية، ألا وهي الترتيب بفاعلية؛ أي كل شيء دفعة واحدة، وبأسرع ما يمكن، للحصول على بيئة مثالية خالية من الفوضى. لكن، كيف تتوصل إلى الموقف الصحيح؟

حين ترتب مساحتك بصورة شاملة، فأنت تحوّل المشهد حولك، ويكون التغيير عميقاً جداً؛ حيث تشعر أنك تعيش في عالم مختلف تماماً. ويؤثر ذلك في عقلك بشكل عميق، ويجعلك تشعر ببغض شديد حيال العودة إلى حالتك الفوضوية السابقة. ويكمن السرّ في جعل التغيير فجائياً جداً، حيث تشعر بتغيير جذري في قلبك. واعلم أنه لا يمكن أبداً بلوغ التأثير نفسه إذا كانت العملية تدريجية.

لتحقيق مثل هذا التغيير المفاجئ، عليك استعمال الطريقة الأكثر فاعلية في الترتيب. وإلا، فقبل أن تدرك ذلك، سينتهي اليوم من دون

أن تحرز أي تقدم. وكلما استغرق الترتيب وقتاً أطول، شعرت بتعب أكثر، وازداد احتمال استسلامك فيما لا تزال في منتصف الطريق. وحين تتراكم الأشياء مجدداً، ستجد نفسك في دوامة منحدرة. وبحسب تجربتي الخاصة، «السرعة» تعني نصف سنة تقريباً. قد يبدو هذا وقتاً طويلاً، لكنّها مجرد ستة أشهر من كل حياتك. فحين تنتهي العملية وتختبر فعلاً الترتيب المثالي، ستكون قد تحررت إلى الأبد من الافتراض الخاطئ بأنك غير بارع في الترتيب.

للحصول على أفضل النتائج، أطلب منك التشبث بالقاعدة التالية: الترتيب وفق التسلسل الصحيح. ومثلما رأينا سابقاً، هناك مهمتان فقط يجب إنجازهما: الرمي، وتحديد مكان توضيب الأشياء. هناك مهمتان فقط، لكنّ الرمي يأتي أولاً. احرص على إنهاء المهمة الأولى تماماً قبل البدء بالمهمة الثانية. لا تفكر أبداً في وضع أشيائك بعيداً قبل أن تنتهي من عملية الرمي. فالفشل في اتباع هذا التسلسل هو أحد الأسباب التي تجعل العديد من الأشخاص عاجزين عن إحراز تقدم دائم. ففي خضمّ عملية الرمي، يبدأون بالتفكير في الأماكن التي يجب وضع الأغراض فيها. وما إن يفكرون: «أتساءل إذا كان هذا الغرض يتسع له مكان في هذا الدرج»، حتى تتوقف فجأة عملية الرمي.

يمكنك التفكير في الأماكن التي تريد وضع الأشياء فيها حين تنتهي من التخلص من كل الأشياء التي لا تحتاج إليها.

باختصار، يكمن سرّ النجاح في الترتيب دفعة واحدة، بأسرع وأفضل ما يمكن، وفي الشروع في الرمي.

قبل أن تبدأ، حدِّد هدفك

يمكنك أن تفهم الآن أهمية الرمي قبل التفكير في مكان وضع الأشياء. لكنّ الشروع في الرمي من دون التفكير مسبقاً يعني الحكم عليك بالإخفاق قبل أن تبدأ مهمتك. لذا، ابدأ بتحديد هدفك. ولا بد من وجود سبب معين وراء اختيارك هذا الكتاب. فهل اخترته لتحفيزك على الترتيب أساساً؟ وما الذي تأمل في أن تكسبه من الترتيب؟

قبل أن تبدأ برمي الأشياء بعيداً، خذ وقتك للتفكير في ذلك ملياً. ويعني هذا تصوّرَ أسلوب العيش المثالي الذي تحلم به. وإذا حذفت هذه الخطوة، فلن تؤخر العملية كلها فقط، وإنما ستجعل نفسك أكثر عرضة للإخفاق أيضاً. فالأهداف مثل «أريد عيش حياة خالية من الفوضى»، أو «أريد التمكن من وضع الأشياء بعيداً» تعتبر شاملة جداً. لذا، عليك التعمّق في التفكير أكثر. فكِّر في أشياء ملموسة، حيث تستطيع تصوّر ما سيكون عليه العيش في مساحة خالية من الفوضى.

ثمة زبونة لديّ في العشرين من عمرها حددت حلمها بأنه «أسلوب عيش أكثر أنثوية». فقد عاشت في غرفة «تتسع لسبع حصائر»- في اليابان، يعني ذلك غرفة بحجم سبع حصائر تاتامي، أي غرفة مساحتها 3 × 4 أمتار- فيها خزانة في الحائط، وثلاث مجموعات رفوف ذات أحجام مختلفة. يفترض أن تكون هذه مساحة تخزين كافية، لكنها كيفما التفتت، لم تستطع سوى رؤية الفوضى. فقد كانت الخزانة محشوة جداً لدرجة أن بابها لا يغلق، وخرجت الملابس من مجموعة الأدراج؛ تماماً مثلما تخرج الإضافات من

البرغـر. أمـا قضيب السـتارة فوق النافـذة فقد علّقت عليه الكثير من الملابس، حيث لم تعد هناك حاجة إلى الستارة. والأرضية والسرير كانا مغطيين بالسلال والحقائب المليئة بالمجلات والأوراق. وكلما أرادت زبونتي الخلود إلى النوم، كانت تنقل الأشياء الموجودة على سـريرها إلى الأرض. وعندما تسـتيقظ تعيدها إلى السـرير لإفسـاح طريـق يسـمح لهـا بالوصول إلى الباب كـي تتمكن من الذهاب إلى العمل. لا يمكن القول عن أسلوب عيشها إنه «أنثوي» على الإطلاق.

سـألتها: «مـاذا تقصديـن بقولك «أسـلوب العيـش الأنثوي»؟».

فكّرت لوقت طويل قبل أن تجيب أخيراً.

«حسـناً، عندمـا أعـود مـن العمـل إلـى المنزل، أريـد أن تكون الأرضيـة خاليـة مـن الفوضـى... وغرفتـي مرتبـة مثـل غرفـة فندق، مـن دون وجـود أي شـيء يعترض مجال رؤيتـي. أريد ملاءة وردية اللون، ومصباحاً أبيض عتيق الطراز. وقبل الخلود إلى السرير، أريد الاستحمام، وحرق الزيوت العطرية، والاستماع إلى موسيقى البيانو أو الكمان الكلاسـيكية فيما أمارس اليوغا وأشـرب شاي الأعشاب. أريد الخلود إلى النوم وأنا أحسّ بالراحة والارتياح».

كان وصفهـا حيويـاً جـداً كما لو أنها تعيش فعلاً بهذه الطريقة.

مـن المهـم بلـوغ هذه الدرجة مـن التفاصيل عندما تتصوّر أسـلوب عيشـك المثالي وتدوِّن الملاحظات. وإذا وجدت صعوبة في ذلك، وإذا لـم تسـتطع تصـوّر نـوع الحياة التي تودّ عيشـها، حاول البحث فـي مجـلات الديكـور عن صور تلفت انتباهك. كما أن زيارة بعض معارض المفروشات قد تكون مفيدة، ويمكن لرؤية مجموعة منوعة مـن المنـازل أن تسـاعدك علـى معرفـة مـا تحبـه. بالمناسـبة، أريـد

القول إن الزبونة التي ذكرتها آنفاً تستمتع فعلاً بعلاج عطري بعد الاستحمام، وتصغي إلى الموسيقى الكلاسيكية، وتمارس اليوغا. فبعد أن تحررت من أعماق الاضطراب، نجحت في العثور على أسلوب العيش الأنثوي الذي تطمح إليه.

بعد أن أصبح بوسعك الآن تخيل أسلوب العيش الذي تحلم به، هل حان الوقت للشروع في الرمي؟ لا، ليس الآن. أفهم قلّة صبرك، لكنْ للحؤول دون إخفاقك، عليك التقدم بشكل صحيح، خطوة خطوة، فيما تنطلق في هذا الحدث الذي يحصل مرة واحدة في الحياة. تتمثل خطوتك التالية في تحديد سبب رغبتك في العيش هكذا. راجع ملاحظاتك بشأن أسلوب العيش الذي تريده، وفكِّر مجدداً. لماذا تريد العلاج العطري قبل الخلود إلى النوم؟ ولماذا تريد الإصغاء إلى الموسيقى الكلاسيكية أثناء ممارسة اليوغا؟ إذا كانت إجابتاك: «لأنّني أريد الاسترخاء قبل النوم»، و«أريد ممارسة اليوغا للتخلص من الوزن»، إذاً اسأل نفسك عن سبب رغبتك في الاسترخاء وخسارة الوزن. قد تكون إجابتاك: «لا أريد أن أكون متعباً عندما أذهب إلى العمل في اليوم التالي»، و«أريد الخضوع لحمية غذائية كي أصبح أكثر جمالاً». اسأل نفسك: «لماذا؟» مجدداً، عند كل جواب. كرِّر هذه العملية ثلاث إلى خمس مرات في كل أمر.

وفيما تستمر في استكشاف أسباب أسلوب عيشك المثالي، سوف تتوصل إلى استنتاج بسيط، وهو أن كل الجدوى من رمي الأشياء والاحتفاظ بها هي أن تكون سعيداً. قد يبدو الأمر جلياً، ولكن من المهم أن تختبر هذا الإدراك بنفسك وتجعله يتغلغل في قلبك. قبل أن تبدأ بالترتيب، انظر إلى أسلوب العيش الذي تطمح

إليه، واسأل نفسك: «لماذا أريد الترتيب؟». وحين تجد الجواب، ستكون مستعداً للانتقال إلى الخطوة التالية: أي التمعن في ما تملكه.

كيف أختار؟ هل يشعر بالفرح؟

ما هو المعيار الذي تستخدمه لتحديد ما يجب رميه؟

ثمة أنماط عدة مشتركة في ما يتعلق بالرمي. الأول هو رمي الأشياء حين لا تعود صالحة للاستعمال، كما حين ينكسر شيء ما ولا يمكن إصلاحه، أو حين ينكسر جزء من طقم. وثمة نمط آخر، وهو رمي الأشياء التي باتت قديمة جداً، مثل الملابس التي لم تعد مناسبة للموضة أو الأشياء المرتبطة بحدث انتهى. يسهل التخلص من الأشياء حين يكون هناك سبب جلي لذلك. لكن الأمر أكثر صعوبة حين لا يوجد سبب مقنع. اقترح عدة خبراء مقاييس معيارية لرمي الأشياء التي يجد الناس صعوبة في التخلي عنها. وتشمل هذه المقاييس قواعد مثل: «رمي أي شيء لم تستعمله منذ عام»، و«إذا لم تستطع الحسم، وضّب تلك الأغراض بعيداً في صندوق، وانظر إليها مجدداً بعد ستة أشهر». لكن، لحظة تبدأ بالتركيز على كيفية اختيار ما يجب رميه، ستكون في الواقع قد انحرفت كثيراً عن المسار الصحيح. في هذه الحالة، ستكون متابعة الترتيب محفوفة بالكثير من المخاطر.

في مرحلة ما من حياتي، كنت بمثابة «وحدة لإدارة النفايات». فبعد اكتشافي فن الرمي حين كنت في الخامسة عشرة من عمري، انصبّ تركيزي على كيفية التخلص من الأشياء، وتصاعدت جهودي في الأبحاث. كنت أبحث دوماً عن أماكن جديدة للتمرن فيها، سواء

أكانت غرفتَي أخوَيّ أو صناديق التخزين المشتركة في المدرسة. كان رأسي مليئاً بنصائح الترتيب، وامتلكت ثقة كبيرة- وإنما مضللة- بأنّني قادرة على ترتيب أي مكان.

كان هدفي المحدد في ذلك الوقت هو التخلص من أكبر قدر ممكن من الأشياء. طبّقتُ كل المعايير المقترحة في مختلف الكتب التي قرأتها حول خفض كمية الأشياء، وحاولتُ التخلص من الملابس التي لم أرتدها منذ عامين، وكنت أرمي شيئاً قديماً كلما اشتريتُ آخر جديداً، ورميت بعيداً كل شيء لم أكن واثقة منه. رميتُ 30 كيساً من النفايات في شهر واحد. لكنْ، مهما رميت من الأغراض، لم تكن أية غرفة في منزلي أكثر ترتيباً.

وفي الواقع، وجدتُ نفسي أذهب للتسوق لمجرد تخفيف التوتر، ولذلك أخفقت في تخفيض الحجم الإجمالي لمقتنياتي. في المنزل، كنت متوترة دوماً، وبحثت باستمرار عن الأشياء الفائضة التي يمكن رميها بعيداً. وكلما وجدتُ شيئاً لا يستخدم، كنت أنقضّ عليه بثأر وأرميه في سلة النفايات. ولا عجب في أنّني أصبحت أكثر عصبية وتوتراً، وفي أنّني وجدت استحالة في الاسترخاء في منزلي الخاص.

ذات يوم، حين عدت من المدرسة، فتحتُ باب غرفتي لأبدأ بالتنظيف كالمعتاد. لكنْ، عند رؤيتي تلك المساحة غير المرتبة فقدت صوابي، وصرخت: «لا أريد الترتيب بعد الآن!». جلستُ وسط غرفتي وحيدة، وبدأتُ أفكر في أنّني أمضيتُ ثلاثة أعوام في الترتيب والتخلص من الأشياء، لكنّ الفوضى لا تزال تعمّ غرفتي. هل يستطيع أحد ما أن يخبرني رجاء لماذا لا أجد غرفتي مرتبة رغم

أنّني أعمل بكدّ كبير لترتيبها؟ صحيح أنّني لم أقل ذلك بصوت عالٍ، ولكنّني كنت أصرخ عملياً في قلبي. في تلك اللحظة، سمعتُ صوتاً يقول لي:

«انظري عن كثب إلى ما هو موجود هناك».

ماذا تقصد؟! فأنا أنظر عن كثب إلى ما هو موجود هنا كل يوم، لدرجة أنّني حفظته كله. بقيت تلك الفكرة تدور في رأسي، وخلدتُ إلى النوم هناك على الأرض. لو كنت أذكى قليلاً، لأدركتُ قبل أن أصاب بالعصاب أن التركيز فقط على رمي الأشياء بعيداً يجلب التعاسة. لماذا؟ لأنه يجدر بنا اختيار ما نريد الاحتفاظ به، وليس ما نريد التخلص منه.

حين استيقظتُ، عرفتُ فوراً ما يعنيه الصوت في عقلي. انظري عن كثب إلى ما هو موجود هناك. فقد كنت أركز جداً على ما يجب رميه، وعلى مهاجمة العقبات غير المرغوبة التي تحيط بي، لدرجة أنّني نسيت الاهتمام بالأشياء التي أحبها؛ أي الأشياء التي أريد الاحتفاظ بها. ومن خلال هذه التجربة، استنتجتُ أن أفضل طريقة لاختيار ما يجب الاحتفاظ به وما يجب رميه تقضي بأخذ كل غرض على حدة، والسؤال: «هل يشعرني بالفرح؟». وإذا كان الجواب نعم، فيجب أن أحتفظ به. وإلا، فيجب رميه بعيداً. ليس هذا أبسط معيار للحكم وفقه، وإنما أيضاً الأكثر دقة.

قد تتساءل عن فاعلية مثل هذا المعيار الغامض، لكن السرّ يكمن في التعاطي مع كل غرض على حدة. لا تفتح خزانة ملابسك وتقرر بعد لمحة سريعة أن كل ما فيها يبعث فيك الحماسة، بل عليك أن تمسك كل قطعة ملابس بيديك على حدة، وعندما تلمس

قطعة الثياب فسيتفاعل جسمك. وتختلف الاستجابة مع كل غرض. صدِّقني وجرِّبها.

اخترت هذا المعيار لسبب معين. ففي النهاية، ما الجدوى من الترتيب إذا لم يكن جعلَ مساحتنا والأشياء التي فيها مصدراً للسعادة؟ أعتقد أنه لا جدوى منه أبداً إذا لم يحقق هذا الهدف. لذا، إن أفضل معيار لاختيار ما يجب الاحتفاظ به وما يجب رميه هو تحديد ما إذا كان الاحتفاظ به سيجعلك سعيداً، أو يبعث فيك السعادة.

هل تفرح لدى ارتدائك ملابس لا تمنحك الإحساس بالمتعة؟

هل تشعر بالفرح حين تكون محاطاً بكدسات من الكتب غير المقروءة التي لا تلامس قلبك؟

هل تظن أن امتلاك «أكسسوارات» تعرف أنك لن تستخدمها أبداً سيجلب لك السعادة؟

الجواب عن كل تلك الأسئلة يفترض أن يكون «لا».

والآن، تخيل أنك تعيش في مساحة تحتوي فقط على أشياء تشعرك بالفرح. أليس هذا هو أسلوب العيش الذي تحلم به؟

احتفظ فقط بتلك الأشياء التي تتحدث إلى قلبك، وتحلَّ بعدها بالجرأة وتخلص من كل ما تبقى. فبهذه الطريقة، يمكنك إعادة ضبط حياتك واستهلال أسلوب عيش جديد.

فئة واحدة في كل مرة

إن تحديد ما يجب الاحتفاظ به على أساس ما يبعث الفرح في قلبك هو الخطوة الأكثر أهمية في الترتيب. لكن، ما هي الخطوات

العملية اللازمة للتخلص من الفائض بفاعلية؟

دعني أقول لك أولاً ما لا يجدر بك فعله. لا تبدأ بالانتقاء والرمي وفق الموقع، ولا تقل: «سأرتب غرفة النوم أولاً ثم أنتقل إلى غرفة الجلوس»، أو «سأرتب الأدراج الواحد تلو الآخر من الأعلى إلى الأسفل». فهذه الطريقة مهلكة. لماذا؟ لأنه كما سبق لنا أن تعلمنا، لا يزعج معظم الأشخاص أنفسهم في تخزين الأغراض المتماثلة في المكان نفسه.

ففي معظم المنازل، يتم تخزين الأغراض التي تنتمي إلى الفئة نفسها في مكانين أو أكثر في المنزل. لنقل مثلاً إنك بدأت بخزانة غرفة النوم. بعدما تنتهي من توضيب كل شيء فيها ورمي ما لا تريده، سوف تصادف ملابس احتفظت بها في خزانة مختلفة، أو معطفاً مرمياً فوق كرسي في غرفة الجلوس. وستضطر حينها إلى تكرار عملية الاختيار والفرز من جديد، وستبدد الوقت والجهد، وستعجز عن إجراء تقييم دقيق لما تريد الاحتفاظ به أو رميه في مثل هذه الظروف. والمؤسف أن التكرار وتبديد الجهود يمكن أن يقتلا الحافز، وبالتالي يجب تفاديهما.

لهذا السبب، أوصيك دوماً بالتفكير في الفئة، وليس المكان. فقبل اختيار ما تريد الاحتفاظ به، اجمع كل الأشياء التي تنتمي إلى الفئة نفسها دفعة واحدة. أخرج كل تلك الأشياء من مكانها وابسطها في مساحة واحدة. ولإعطاء مثال واقعي عن الخطوات الضرورية، فلنعد إلى مثل الملابس الذي ذكرناه آنفاً. يجب أن تبدأ مهمتك باتخاذ قرار، وهو أنك تريد تنظيم ملابسك ورمي بعضها. وتتمثل الخطوة التالية في التفتيش عن الملابس في كل غرفة في المنزل.

أحضر كل قطعة ملابس تجدها إلى المكان نفسه، وابسطها على الأرض. وبعد ذلك، ارفع كل قطعة على حدة، ولاحظ ما إذا كانت تشعرك بالفرح. فوحدها تلك القطع التي تشعرك بالفرح تستحق الاحتفاظ بها. اتبع هذا الإجراء في كل فئة. وإذا كان لديك الكثير من الملابس، فبإمكانك إنشاء فئات فرعية مثل السترات، والسراويل، والجوارب، إلخ... ثم افحص ملابسك وفق كل فئة فرعية.

وفي الواقع، إن جمع كل الأغراض في مكان واحد خطوة ضرورية في هذه العملية، لأنه يعطيك فكرة دقيقة عن الكمية التي تملكها. يُصدم معظم الأشخاص لدى رؤيتهم كمية الأغراض، والتي تكون في أغلب الأحيان ضعف ما توقعوه.

عند جمع الأغراض في مكان واحد، يمكنك أيضاً مقارنة الأشياء المتشابهة من حيث التصميم؛ مما يسهّل عليك تحديد ما إذا كنت تريد الاحتفاظ بها أم لا.

لديّ سبب آخر لإخراج كل الأغراض المنتمية إلى الفئة نفسها من الأدراج وخزانات الملابس وخزانات المطبخ ومن ثم بسطها على الأرض. فالأشياء المحفوظة بعيداً عن النظر تكون في سبات، وهذا يزيد كثيراً من صعوبة تحديد ما إذا كانت تبعث الفرح في نفسك أم لا. لكن، عند الكشف عنها تحت ضوء النهار وإعادة الحياة إليها، ستجد سهولة كبيرة في معرفة ما إذا كانت تلامس قلبك أم لا.

التعاطي مع فئة واحدة فقط كل مرة يسرّع عملية الترتيب. لذا، تأكّد من جمع كل الأغراض المنتمية إلى الفئة التي تعمل على ترتيبها في الوقت نفسه، ولا تسمح لنفسك بإهمال أي شيء.

ابدأ بشكل صحيح

قد تبدأ نهارك وأنت متحمس للترتيب. ولكن، قبل أن تدرك الأمر، تغيب الشمس فيما لم تحرز سوى تقدم بسيط جداً في ترتيب أغراضك. وحين تنتبه إلى الوقت بذهول، تلقي اللوم على نفسك وتشعر باليأس. ما الذي تمسكه بين يديك؟ في أغلب الأحيان، يكون أحد الكتب المصوّرة المفضلة لديك، أو ألبوم صور، أو شيئاً آخر يعيد إليك ذكريات عزيزة.

نصيحتي لك هي أن تبدأ بالترتيب وفق الفئة وليس وفق الغرفة، وأن تجمع كل الأشياء معاً دفعة واحدة. لكن هذا لا يعني أنه يجدر بك البدء بأية فئة تريدها. فدرجة الصعوبة في انتقاء ما يجب الاحتفاظ به وما يجب رميه تختلف كثيراً حسب الفئة. والأشخاص الذين يتوقفون في منتصف الطريق يفعلون ذلك لأنهم بدأوا بتلك الأشياء التي يصعب اتخاذ القرارات بشأنها. فالأشياء التي تسترجع الذكريات- مثل الصور- ليست نقطة انطلاق جيدة للمبتدئين. وكمية الأغراض في هذه الفئة تكون عادة أكبر من كمية الأغراض في أية فئة أخرى، ويصعب كثيراً تحديد ما إذا كان يجب الاحتفاظ بها أم لا.

فبالإضافة إلى القيمة المادية للأشياء، هناك ثلاثة عوامل إضافية تعطي القيمة لمقتنياتنا: الوظيفة، والمعلومات، والارتباط العاطفي. وعند إضافة عنصر الندرة، تتضاعف أكثر فأكثر الصعوبة في اختيار ما يجب التخلص منه. والأشخاص يواجهون مشكلة في التخلص من الأشياء التي لا يزال بوسعهم استعمالها (قيمة وظيفية)، والتي تحتوي على معلومات مفيدة (قيمة معلوماتية)، والتي يملكون روابط عاطفية معها (قيمة عاطفية). وحين يصعب الحصول على هذه الأشياء أو

استبدالها (أي الندرة)، تزداد أكثر صعوبة رميها.

إلا أن عملية تقرير ما يجب الاحتفاظ به وما يجب رميه تصبح أكثر سهولة إذا بدأت بالأغراض التي يسهل اتخاذ القرارات بشأنها. وفيما تنتقل تدريجياً إلى الفئات الأكثر صعوبة، تكون قد صقلت مهاراتك في اتخاذ القرارات. لذا، إن الملابس هي الفئة الأكثر سهولة لتبدأ بها؛ لأن قيمة ندرتها منخفضة جداً. أما الصور الفوتوغرافية والرسائل فلا تملك قيمة عاطفية فقط، وإنما هي أيضاً فريدة من نوعها. لذا، يجب تركها حتى النهاية. وينطبق هذا على الصور الفوتوغرافية تحديداً؛ لأنها قد تظهر عشوائياً أثناء فرز فئات أخرى، وفي الأماكن غير المتوقعة، بين الكتب والأوراق مثلاً. وهكذا، فإن أفضل تسلسل هو التالي: الملابس أولاً، وبعدها الكتب، ثم الأوراق والأغراض المتفرقة، وأخيراً الأشياء ذات القيمة العاطفية والتذكارات. وتبيَّن أيضاً أن هذا التسلسل هو الأكثر فاعلية لناحية مستوى الصعوبة في مهمة الفرز التالية. وأخيراً، إن الالتزام بهذا التسلسل يشحذ حدسنا لناحية الأغراض التي تبعث الفرح في نفوسنا. فإذا استطعت زيادة سرعة اتخاذ القرارات بمجرد تغيير تسلسل الأشياء التي ترميها بعيداً، أفلا يستحق الأمر حينها عناء التجربة برأيك؟

لا تدع عائلتك تراك

إن ماراثون الترتيب يولّد الكثير من النفايات. وفي هذه المرحلة، إن الكارثة الوحيدة التي يمكن أن تحدث دماراً أكثر من الزلزال هي دخول خبير إعادة التدوير المعروف باسم «ماما».

إحدى زبوناتي- والتي سأسميها «م»- كانت تعيش مع والدَيها وأخيها. وقد انتقلوا إلى المنزل قبل 15 عاماً، فيما «م» لا تزال في المدرسة الابتدائية. لم تحب «م» شراء الملابس فقط، وإنما احتفظت أيضاً بتلك التي تملك قيمة عاطفية؛ مثل بذلات المدرسة، والقمصان القطنية المعدّة خصيصاً لمناسبات عدة. وقد احتفظت بها في صناديق كدّستها على الأرض، إلى أن اختفت الأرضية تماماً. احتاجت إلى خمس ساعات للفرز والتنظيف. وفي نهاية ذلك اليوم، جمعت 15 كيساً من الأشياء المرمية، بينها 8 أكياس تحتوي على الملابس، و200 كتاب، وألعاب متنوعة، وأشغال يدوية صنعتها في المدرسة. وضعنا كل الأكياس بترتيب على الأرض قرب الباب، فباتت الأرضية ظاهرة للعيان أخيراً، وكنت على وشك شرح نقطة مهمة جداً.

بدأت بالقول: «ثمة سرّ واحد يجدر بك معرفته بشأن التخلص من هذه النفايات...» حين فتح الباب ودخلت أمها وهي تحمل صينية عليها أكواب من الشاي المثلج. فقلت لنفسي: يا إلهي.

وضعت أمها الصينية على الطاولة وقالت: «شكراً لك كثيراً على مساعدتك يا ابنتي». واستدارت للمغادرة. وفي تلك اللحظة، وقعت عيناها على الأكياس المكوّمة قرب الباب فقالت: «أوه، هل سترمين هذه؟». فيما أشارت إلى حصيرة يوغا وردية اللون كانت موضوعة فوق الكومة.

«لم أستعملها منذ عامين».

«حقاً؟ حسناً، إذاً قد أستعملها أنا». وبدأت تفتش في الأكياس. «أوه، وربما هذه أيضاً». وعندما غادرت، لم تأخذ معها حصيرة اليوغا فقط، وإنما أخذت أيضاً ثلاث تنانير، وكنزتين، وسترتين،

وبعض القرطاسية.

عندما عاد الهدوء إلى الغرفة مجدداً، ارتشفت الشاي المثلج وسألتُ «م»: «متى تمارس أمك اليوغا؟».

«لم أرها تمارسها يوماً».

ما كنت على وشك قوله قبل أن تدخل أمها هو التالي: «لا تدع عائلتك ترى ما هو موجود. أخرج الأكياس بنفسك من المنزل عند الإمكان. فلا حاجة أبداً لأن تعرف عائلتك تفاصيل ما رميته».

وأنا أوصي زبائني خصوصاً بأن يتفادوا الظهور أمام أهلهم وأفراد عائلتهم. ما من شيء أبداً للخجل منه، وما من خطب أبداً في الترتيب، لكن الأهل يشعرون بتوتر كبير عند رؤيتهم ما يرميه أولادهم. ومجرد حجم المتاع يمكن أن يجعل الأهل قلقين لناحية إمكانية صمود أولادهم مع ما تبقى. وبالإضافة إلى ذلك، على الرغم من معرفتهم ضرورة فرحهم باستقلالية أولادهم ونضوجهم، قد يتألم الأهل لدى رؤيتهم الملابس والألعاب وتذكارات الماضي في أكياس النفايات؛ وخصوصاً إذا كانوا قد قدموا تلك الأشياء إلى أولادهم بأنفسهم. لذا، من الضروري إبقاء نفاياتك بعيدة عن الأنظار. وهذا يحمي أيضاً عائلتك من الاحتفاظ بأغراض أكثر مما تحتاج إليه أو تستطيع الاستمتاع به. فحتى هذه المرحلة، كان أفراد عائلتك راضين تماماً بما لديهم. ولكن، عندما يرون الأشياء التي اخترتها للرمي، فقد يشعرون بالذنب لأن النفايات كثيرة. لكنّ الأغراض التي سيسحبونها من كومتك ستزيد فقط عبء الأشياء غير الضرورية في منزلهم. ويجدر بنا الخجل من إجبارهم على تحمل هذا العبء.

في نسبة كبيرة من الحالات، تتولى الأم سحب الأشياء من

ابنتها، لكن الأمهات نادراً ما يرتدين الملابس التي يأخذنها. فالنساء اللواتي أعمل معهنّ- وهنّ في العقد الخامس أو السادس من العمر- ينتهي بهن الأمر برمي الأغراض التي أخذنها من بناتهنّ من دون استعمالها. أظن أنه يجدر بنا تفادي مثل هذه الأوضاع، حيث يصبح حنان الأم تجاه ابنتها عبئاً حقيقياً. ما من خطب طبعاً في استعمال باقي أفراد العائلة فعلاً الأشياء التي لا تحتاج إليها. لذا، إذا كنت تعيش مع عائلتك، فبإمكانك أن تسألهم: «هل من شيء تحتاجون إليه وتنوون شراءه؟»، وذلك قبل أن تبدأ بالترتيب. وإذا حصل أن صادفت بين أغراضك ما يحتاجون إليه بالضبط، فقدّمه لهم بمثابة هدية.

إذا كنت غاضباً من عائلتك، فقد تكون غرفتك هي السبب

«حتى لو رتبتُ، يعمد بقية أفراد عائلتي إلى إحداث الفوضى مجدداً».

«يحب زوجي تكديس الأشياء، فكيف أقنعه برميها؟».

قد يكون عدم تعاون أفراد عائلتك مع جهودك لتحقيق المنزل «المثالي» أمراً مزعجاً. وهذا أمر اختبرته مرات عدة في الماضي. فذات مرة، كنت منهمكة جداً في الترتيب، حيث لم يكن تنظيف غرفتي وحدها كافياً، بل توجّب عليّ أيضاً تنظيف غرفتَي أخوَيّ وكل المساحات الأخرى في المنزل. وكنت أشعر دوماً بالإحباط من عائلتي غير المرتبة. السبب الرئيس الذي كان يشعرني بالتوتر هو خزانة التوضيب المشتركة في وسط المنزل. فبالنسبة إليّ، كان أكثر من نصفها مخصصاً لأشياء تافهة غير مستعملة وغير ضرورية.

فقد كانت علّاقات الملابس مليئة بملابس لم أرَ أمي يوماً ترتديها، وببذلات تخص والدي لكنها باتت عتيقة الطراز، وثمة صناديق من الكتب الهزلية تخص أخي غطّت كل الأرضية.

كنت أنتظر التوقيت الصحيح، وأواجه صاحب الفوضى بالسؤال: «لم تعد تستخدم هذا، أليس كذلك؟». لكن الجواب كان: «بلى، أستخدمه»، أو «سأرميه بنفسي»؛ الأمر الذي لم يحصل قطّ. وكلما نظرت إلى تلك الخزانة، كنت أتنهد وأشكو: «لماذا يستمر الجميع في تكديس الأشياء؟! ألا يلاحظون كم أعمل بكدّ لإبقاء المنزل مرتباً؟!».

أدركتُ تماماً أنّني مختلفة عن سائر أفراد عائلتي في ما يتعلق بالترتيب، وأنّني لن أسمح لهم بالتغلب عليّ. وعندما بلغ إحباطي حدّه الأقصى، قررتُ اعتماد استراتيجية التسلل. حددتُ الأشياء غير المستخدمة منذ أعوام عدة؛ بالحكم على تصميمها وكمية الغبار المتراكمة عليها ورائحتها، ثم نقلتُ تلك الأغراض إلى الجهة الخلفية من الخزانة، وراقبتُ لرؤية ما سيحصل. فإذا لم يلاحظ أي كان اختفاءها فسأرميها؛ بمعدل غرض واحد كل مرة، كما لو أنّني أشذّب النفايات. وبعد ثلاثة أشهر من هذه الاستراتيجية، نجحتُ في التخلص من 10 أكياس من النفايات.

في معظم الحالات، لم يلاحظ أحد شيئاً، واستمرت الحياة كالمعتاد. لكن، عندما وصل الحجم إلى مستوى معين، بدأ أفراد العائلة يفتقدون غرضاً أو اثنين. وعندما وجّهوا إليّ تهمهم وتساؤلاتهم، أجبت من دون خجل. إذ كانت استراتيجيتي الأساسية ادعاء الجهل.

«هاي، هل تعرفين أين سترتي؟».

«لا».

وإذا ألحّوا عليّ أكثر، فإن خطوتي التالية كانت الإنكار.

«ماري، هل أنت واثقة من أنك لم ترميها؟».

«نعم، أنا واثقة».

«أوه، حسناً. إذاً، أتساءل أين يمكن أن تكون».

وإذا استسلموا عند هذه المرحلة، كنت أستنتج أن الغرض لم يكن يستحق حتماً عناء التكديس. لكن، إذا لم يقتنعوا، لم أشعر بالانزعاج.

«أعرف أنها كانت هنا يا ماري. فقد رأيتها بعينيّ قبل شهرين فقط».

وبدل الاعتذار عن رمي أغراضهم من دون إذنهم، كنت أجيب: «رميتها نيابة عنك لأنك عجزت عن فعل ذلك بنفسك».

في المقابل، عليّ الاعتراف بأنّني كنت فظة جداً. فعند فضح أمري، كنت أتلقى الكثير من اللوم والاعتراضات. وفي النهاية، حُظِّر عليّ ترتيب أي مكان باستثناء غرفتي. لو أستطيع الآن، فسأعود في الزمن إلى الوراء، وسأضرب نفسي لأنّني لم أفكر حتى في مثل هذا الأمر السخيف. فرمي أغراض الآخرين من دون إذنهم يثبت افتقاداً إلى اللياقة العامة. ورغم أن استراتيجية التسلل تنجح عموماً، ولا يتم أبداً الانتباه إلى الأغراض التي تم رميها، إلّا أن خطر فقدان ثقة أفراد عائلة كبير جداً في حال تم فضحك. وبالإضافة إلى ذلك، ليس الأمر لائقاً. فإذا أردت فعلاً أن يرتب أفراد عائلتك أغراضهم، فثمة طريقة أكثر سهولة للقيام بذلك.

بعد أن حرمتُ من ترتيب مساحات الأشخاص الآخرين، ولم يعد لديّ أي مكان للاهتمام به سوى غرفتي، ألقيتُ نظرة حولي وصعقت بأمر مفاجئ. إذ ثمة عدد كبير من الأغراض التي تحتاج إلى الرمي في غرفتي ولم ألاحظها من قبل. فهناك قميص في خزانتي لم أرتده يوماً، وكذلك تنورة قديمة الطراز لن أرتديها أبداً مجدداً، بالإضافة إلى كتب على رفوفي عرفتُ أنني لن أحتاج إليها. أدركتُ مصدومة أنّني مذنبة بالشيء نفسه الذي اتهمتُ أفراد عائلتي به. وبما أنّني لستُ في موقع مناسب لانتقاد الآخرين، جلستُ مع أكياس النفايات وركزتُ على ترتيب مساحتي.

وبعد أسبوعين تقريباً، بدأ التغيير يحصل في عائلتي. فأخي الذي كان يرفض رمي أي شيء مهما تذمرتُ بدأ يفرز أغراضه بشكل كامل. وفي يوم واحد، تخلص من أكثر من 200 كتاب. ثم شرع والداي وأختي في فرز ملابسهم وأغراضهم، ورمي تلك التي لا يريدونها تدريجياً. وفي النهاية، استطاعت عائلتي كلها إبقاء المنزل مرتباً أكثر ممّا كان عليه من قبل.

في الواقع، إن العمل بهدوء للتخلص من فائض الأغراض لديك أفضلُ طريقة للتعاطي مع عائلة لا ترتِّب. فكما لو أنهم استيقظوا من سباتهم، بدأوا يرمون الأغراض غير الضرورية، ويرتبون من دون الحاجة إلى سماع أي تذمر. قد يبدو الأمر صعباً على التصديق، لكن حين يبدأ شخص ما بالترتيب، فإنه يستهلّ ردة فعل متسلسلة.

التنظيف بهدوء من تلقاء الذات يولّد تبديلاً آخر مذهلاً؛ ألا وهو القدرة على تحمل مستوى معين من قلة الترتيب بين أفراد

عائلتك. فحين أصبحتُ راضية عن غرفتي، لم أعد أشعر بالحاجة الملحة إلى التخلص من أشياء تخصّ أخوَيّ أو والدَيّ. وعندما لاحظتُ أن المساحات المشتركة- مثل غرفة الجلوس أو الحمام- فوضوية، كنت أنظفها من دون أي تردد، ولا أذكر الأمر أبداً. ولاحظتُ أن هذا التغيير نفسه يحصل مع العديد من زبائني أيضاً.

إذا شعرتَ بالانزعاج من أفراد عائلتك لأنهم غير مرتبين، فأنا ألحّ عليك للتحقق من مساحتك الخاصة، ولا سيما أماكن التخزين لديك. فأنت ملزم بإيجاد الأشياء التي تحتاج إلى الرمي. أما الإشارة إلى إخفاق شخص آخر في الترتيب فهي في العادة دليل على إهمالك الاهتمام بمساحتك الخاصة. لهذا السبب، يجدر بك الشروع في رمي أغراضك الخاصة فقط. ويمكنك ترك المساحات المشتركة إلى النهاية. فالخطوة الأولى تتمثل في مواجهتك أغراضك الخاصة.

ما لا تحتاج إليه أنت، لا تحتاج إليه عائلتك أيضاً

أختي أصغر مني بثلاثة أعوام. وهي هادئة، وخجولة قليلاً، وتفضل البقاء داخل المنزل للرسم أو المطالعة بهدوء بدل الخروج وتعزيز العلاقات الاجتماعية. لا شك في أنها كانت أكثر من عانى من أبحاثي في الترتيب، إذ كانت ضحيتي الأولى من دون منازع. فحين كنت طالبة في الجامعة، انصبّ تركيزي على «الرمي»، لكن بقيت هناك دوماً أشياء وجدتُ صعوبة في رميها، مثل قميص قطني أحببته فعلاً لكنه لم يعد مناسباً لي، وعجزتُ عن التخلص منه، فكنت أجرّبه باستمرار وأقف أمام المرآة، لكنّني في النهاية أجبرتُ على استنتاج أنه لم يعد يناسبني. ولو كان جديداً، أو هدية من

والدَيّ، لجعلتني فكرة رميه بعيداً أشعر بالذنب الشديد.

لكن، في مثل تلك الأوقات، كانت أختي تساعدني. فطريقة «الهدية لأختي» بدت الطريقة المثالية للتخلص من تلك الأغراض. وحين أقول «هدية»، فأنا لا أقصد أنّني ألفها بورقة هدايا، بل كنت أحمل قطعة الثياب التي لا أريدها، وأدخل غرفة أختي فأجدها مستلقية على سريرها وهي تقرأ بهدوء. كنت أبعد الكتاب عن يدها، وأقول لها: «هل تريدين هذا القميص القطني؟ سأعطيك إياه إذا أردت». وفيما الذهول يسيطر على وجهها، كنت أوجه إليها الضربة الأخيرة: «إنه جديد وظريف فعلاً. لكن، إذا كنت لا تحتاجين إليه فسأرميه. هل أنت موافقة على ذلك؟».

لم يكن أمام أختي المسكينة والهادئة أي خيار سوى القول: «أعتقد أنّني سآخذه».

تكررت هذه المسألة عدة مرات مع أختي التي بالكاد كانت تتسوق، وامتلكت خزانة مليئة بإفراط. ورغم أنها ارتدت بعض الملابس التي أعطيتها إياها، إلّا أن هناك العديد من الملابس التي ارتدتها مرة واحدة فقط أو لم ترتدها قط. غير أنّني استمررت في تقديم «الهدايا» لها. ففي النهاية، كانت الملابس جيدة، واعتقدتُ أنها ستكون سعيدة بامتلاك المزيد. ولم أدرك كم كنت مخطئة إلا بعد أن بدأتُ عملي الاستشاري والتقيت زبونة سأسميها «ك».

كانت «ك» في العقد الثاني من عمرها، وتعمل في شركة لبيع مستحضرات التجميل. فيما كنا نفرز ملابسها، بدأت ألاحظ شيئاً غريباً في خياراتها. فرغم امتلاكها كمية كافية من الملابس لملء خزانة متوسطة الحجم، بدا عدد الملابس التي اختارت الاحتفاظ

بها قليلاً جداً. وكان جوابها عن السؤال: «هل يشعرك هذا بالفرح؟» «لا» دوماً. وبعد شكر كل غرض على حسن عمله، كنت أعطيها إياه لترميه بنفسها. ولاحظتُ الارتياح الكبير الذي بدا على وجهها كلما وضعت قطعة ملابس في الكيس. تأملتُ المجموعة عن كثب أكثر، ولاحظتُ أن الملابس التي قررت الاحتفاظ بها كانت بمعظمها عفوية مثل القمصان القطنية، فيما الملابس التي تخلصت منها كانت ذات أسلوب مختلف تماماً؛ إذ كانت تنانير ضيقة وكنزات جريئة. وعندما سألتها عن الأمر، أجابت: «أختي الكبرى أعطتني إياها». وبعد فرزها كل الملابس، واتخاذها خيارها الأخير، تمتمت: «انظري إلى هذا. كنت محاطة بكل هذه الأشياء التي لم أحبها». أما الأغراض التي أعطتها إياها أختها فشكّلت ثُلث الثياب التي كانت تملأ خزانة ملابسها تقريباً، لكنّ أياً منها لم يمنحها شيئاً من السعادة. ورغم أنها ارتدتها لأن أختها أعطتها إياها، إلّا أنها لم تحبها قط.

بدا لي الأمر مأساوياً. وهذه ليست قضية معزولة. ففي عملي، ألاحظ أن كمية الملابس التي ترميها الأخوات الأصغر سناً تكون دوماً أكبر من تلك التي ترميها الأخوات الأكبر سناً، ولا شك في أن هذه الظاهرة مرتبطة بحقيقة اعتياد الأولاد الأصغر سناً على ارتداء ملابس من هم أكبر سناً منهم. ثمة سببان يدفعان الأخوات الصغيرات إلى الاحتفاظ بالملابس التي لا تعجبهنّ فعلاً. السبب الأول هو أنه يصعب رمي شيء ما تم الحصول عليه من العائلة. والسبب الثاني هو أن أولئك الصغيرات لا يعرفن حقاً ما يعجبهن، ممّا يزيد من صعوبة اتخاذهن القرار حول ما يجدر بهنّ رميه أو لا. وبما أنهن يحصلن على الكثير من الملابس من الآخرين، فهنّ لا

يحتجن فعلاً إلى التسوق. وبالتالي، إنهنّ يملكن فرصة أقل لتطوير ما يبعث الفرح الحقيقي في نفوسهن.

لا تسئ فهمي. فتقديم الأشياء التي لا يمكنك استعمالها إلى الآخرين فكرة ممتازة. والأمر ليس اقتصادياً فقط، وإنما يمكن أن يكون أيضاً مصدراً لفرح عظيم لدى رؤية تلك الأشياء وهي تصبح محطّ تقدير من قبل المقربين منك. لكن هذا ليس مماثلاً لفرضك الأشياء على أفراد عائلتك لمجرد أنك لا تستطيع إقناع نفسك بالتخلص منها. وسواء أكانت الضحية من بين الإخوة أو الأهل أو الأولاد، فإن هذه العادة تحديداً يجب حظرها. صحيح أن أختي لم تتذمر قطّ، لكنّني واثقة من أنها أحست بمشاعر مختلطة عندما قبلت أغراضي. فقد كنت مبدئياً أنقل إخفاقي في عدم القدرة على رميها إليها. وهذا مخزٍ فعلاً.

إذا أردت التخلي عن شيء ما، فلا تجبر الأشخاص على قبوله من دون شرط، ولا تلحّ عليهم وتجعلهم يشعرون بالذنب، بل اعرف مسبقاً ما يحبونه. وإذا وجدتَ شيئاً مطابقاً لهذه المعايير، فبإمكانك حينها تقديمه لهم. كما يمكنك عرضه عليهم شرط أن يكون شيئاً كانوا مستعدين لدفع ثمنه. علينا أن نظهر الاحترام للآخرين من خلال مساعدتهم على تفادي عبء امتلاكهم أغراضاً أكثر مما يحتاجون إليه أو يستطيعون الاستمتاع به.

الترتيب حوارٌ مع الذات

«كونماري، هل تودّين المجيء والوقوف تحت شلال؟».

تلقيت هذه الدعوة من زبونة، وهي امرأة رائعة لا تزال مديرة

أعمال نشيطة، وعاشقة للتزلج والسير في الطبيعة، وتبلغ من العمر 74 عاماً. كانت تمارس التأمل تحت الماء المتدفق منذ أكثر من عقد من الزمن، وبدت أنّها تستمتع بذلك فعلاً. كانت تقول بعفوية: «أنا في طريقي إلى الشلال»، كما لو أنها متجهة إلى منتجع صحي. غير أنّ المكان الذي اصطحبتني إليه لم يكن مناسباً للمبتدئين في رحلة ترفيهية. غادرنا مقرّنا عند الساعة السادسة صباحاً، ومشينا في طريق جبلي، وتسلقنا الأسوار، وعبرنا نهراً حيث وصلت المياه المتدفقة إلى ركبنا؛ إلى أن وصلنا أخيراً إلى شلال مقفر.

لكنّني لم أتطرق إلى هذا الموضوع لأنّني أردت ذكر هذا الشكل المحدد من التسلية. فعلى العكس، من خلال هذه التجربة، وجدتُ أن هناك شبهاً كبيراً بين التأمل تحت الشلال والترتيب. فحين تقف تحت الشلال، لا تسمع سوى هدير المياه. وحين يرتطم ماء الشلال بجسمك، يختفي إحساس الألم سريعاً وينتشر مكانه الخدر، ثم يأتي إحساس بالحرارة ليبعث فيك الدفء من الداخل إلى الخارج، وتدخل مرحلة تأملية. صحيح أنّني لم أجرّب هذا الشكل من التأمل من قبل، لكن الإحساس بدا مألوفاً جداً؛ فقد بدا شبيهاً جداً بما أختبره حين أرتب. فرغم أنّني لا أكون بالضبط في حالة تأملية، ولكنّني حين أرتب أحياناً، أستطيع التواصل مع نفسي بهدوء. فالتمعن ملياً في كل غرض أملكه لأرى إذا كان يبعث الفرح في داخلي أشبه بالتحدث إلى نفسي عن طريق ممتلكاتي.

لهذا السبب، من الضروري ابتكار مساحة هادئة لتقيّم فيها الأشياء في حياتك. ويفترض بك مبدئياً ألا تصغي حتى إلى الموسيقى. أسمع أحياناً عن طرائق توصي بالترتيب أثناء الاستماع

إلى أغنية، لكنّني شخصياً لا أشجع على ذلك. فأنا أشعر أن الضجة تزيد من صعوبة سماع الحوار الداخلي بين الشخص وأغراضه. ولا شك في أن الاستماع إلى التلفزيون ممنوع تماماً. لذا، إذا احتجتَ إلى بعض الموسيقى الخلفية للاسترخاء، اختر موسيقى هادئة من دون كلمات أو ألحان محددة. وإذا أردت إضافة الزخم إلى الترتيب، عزز قوة الجو في غرفتك بدل الاعتماد على الموسيقى.

وأفضل وقت للبدء في الترتيب هو الصباح الباكر. فهواء الصباح المنعش يبقي عقلك صافياً، وقوة تمييزك حادة. ولهذا السبب، تبدأ معظم دروسي في الصباح. وفي الواقع، لقد أعطيت درساً ذات مرة في تمام الساعة السادسة والنصف صباحاً، واستطعنا التنظيف بضعف السرعة الاعتيادية. الإحساس الرائع بالانتعاش الذي يمكنك اكتسابه بعد الوقوف تحت الشلال يمكنه أن يكون مسبباً للإدمان. وبالطريقة نفسها، حين تنتهي من ترتيب مكانك، ستغمرك رغبة ملحة لفعل ذلك مجدداً. وعلى عكس التأمل تحت الشلال، لست بحاجة إلى الانتقال مسافات طويلة فوق أرض وعرة للوصول إلى هناك، فبإمكانك الاستمتاع بالتأثير نفسه في منزلك. هذا مميز جداً، ألا تظن ذلك؟

ما يجب فعله حين تعجز عن رمي شيء ما

إن المعيار الذي أعتمده لتقرير الاحتفاظ بغرض ما هو ضرورة الإحساس بالفرح عند لمسه. لكن الطبيعة البشرية تقاوم رمي الشيء، حتى حين نعلم أنه يجدر بنا فعل ذلك. لذا، إن عدم قدرتنا على رمي الأشياء التي لا تبعث فينا الفرح مشكلة حقيقية.

يمكن تقسيم الحكم البشري إلى نوعين كبيرين: الحدسي

والعقلاني. وفي ما يتعلق بانتقاء ما يجب رميه، يكون حكمنا العقلاني سبب المشكلة. فعلى الرغم من إدراكنا في حدسنا أن الشيء لا يجذبنا، إلّا أن منطقنا يعمد إلى تقديم كل أنواع الحجج لعدم رميه، مثل: «قد أحتاج إليه لاحقاً»، أو «من المؤسف رميه». تدور هذه الأفكار في رؤوسنا مثل الدوامة، فنجد استحالة في التخلص من الشيء.

لا أزعم أن التردد في اتخاذ القرار أمر خاطئ، فعدم القدرة على الحسم الفوري يثبت وجود درجة معينة من التعلق بشيء معين. كما أنه لا يمكن اتخاذ كل القرارات استناداً إلى الحدس وحده. لذا، علينا التعاطي مع كل غرض بمنظور فردي، وعدم السماح لفكرة التبذير بتشتيت تركيزنا.

حين تصادف شيئاً يصعب عليك رميه، فكر ملياً في سبب امتلاكك له أساساً. متى حصلت عليه؟ وما كان معناه بالنسبة إليك حينها؟ ثم أعد تقييم الدور الذي يؤديه في حياتك. فإذا كانت لديك مثلاً بعض الملابس التي اشتريتها وإنما لم ترتدها مطلقاً، تأملها جيداً الواحدة تلو الأخرى، وتذكّر المكان الذي اشتريتها منه تحديداً، وسبب شرائك لها. فإذا كنت قد اشتريتها لأنك وجدتها جميلة في المتجر، فستكون قد حققت وظيفة بث الحماسة فيك عندما اشتريتها. لكن، لماذا لم ترتدها مطلقاً؟ هل لأنك أدركت أنها لا تلائمك حين جرّبتها في المنزل؟ إذا كان الجواب نعم، ولم تعد تشتري الملابس بالأسلوب أو اللون نفسه، فستكون القطعة قد أدّت وظيفة مهمة أخرى؛ فقد علّمتك ما لا يناسبك. في الواقع، لقد أدّت قطعة الثياب تلك دورها في حياتك، ويمكنك الآن أن تقول: «شكراً

على منحي الفرح عندما اشتريتك»، أو «شكراً لأنك علّمتني ما لا يناسبني»، ثم تخلص منها.

يملك كل غرض دوراً مختلفاً لأدائه. ولم تصل كل الملابس إليك لترتديها حتى تصبح رثّة. وينطبق الشيء نفسه على الأشخاص. فليس كل الأشخاص الذين تلتقيهم في حياتك يصبحون أصدقاء مقرّبين أو أحباباً. فقد تجد صعوبة في الاتفاق مع البعض، أو ربما قد يستحيل عليك استلطافهم. لكن هؤلاء الأشخاص قد علّموك أيضاً درساً مهماً في ما يتعلق بالأشخاص الذين تحبهم فعلاً، حيث أصبحت تقدّر أولئك الأشخاص أكثر فأكثر.

حين تصادف شيئاً تعجز عن رميه، فكّر ملياً في دوره الحقيقي في حياتك، وسوف تتفاجأ من عدد الأشياء التي تملكها والتي أدّت دورها. وعند إقرارك بإسهاماتها وتخليك عنها بامتنان، ستصبح قادراً فعلاً على ترتيب أغراضك وحياتك. وفي النهاية، لن تبقى إلا الأشياء التي تحبها فعلاً.

لكي تحب فعلاً الأشياء المهمة بالنسبة إليك، عليك أولاً التخلص من تلك التي انتهت من أداء دورها. ورميك بعيداً ما لم تعد بحاجة إليه ليس أمراً مخجلاً أو يدلّ على التبذير. هل يمكنك القول إنك تعشق شيئاً مدفوناً في أعماق خزانتك أو درجك حيث إنك قد نسيت وجوده؟ لو كانت للأشياء مشاعر، لكانت حتماً غير سعيدة. لذا، حرِّرها من السجن الذي فرضته عليها، وساعدها على مغادرة المنفى المهجور الذي وضعتها فيه، ودعها تذهب بامتنان. وعندها ستشعر بالصفاء والانتعاش عندما تنتهي من الترتيب، وكذلك الأمر بالنسبة إلى أغراضك لو كانت لديها أحاسيس.

الفصل الثالث

كيفية الترتيب حسب الفئة

تسلسل الترتيب:
اتّبع التسلسل الصحيح للفئات

حيـن يُفتَـح البـاب، تنظـر إلـيّ امرأة بقلق نوعاً مـا وهي تقول: «مرحبـاً». إذ يكـون زبائنـي متوترين دوماً حيـن أزورهم في منازلهم للمرة الأولى. وبما أنّنا التقينا مرات عدة من قبل، لا ينبع هذا التوتر من الخجل، وإنما من حاجتهم إلى تحضير أنفسهم لتحدٍّ كبير.

«هـل تظنيـن أنـه يمكنني فعلاً ترتيب منزلـي؟ لا مكان لتضعي قدميك هنا».

«لا أعـرف كيـف أسـتطيع فعـلًا ترتيب كل شـيء في مثل هذا الوقت القصير».

«قلتِ إن أياً من زبائنك لم يعد إلى الفوضى مجدداً. لكن، ماذا لو كنت الأول؟».

أكاد أشعر بتوترهم العصبي، لكنّني أعرف من دون شك أن كل واحد منهم سـيبلي حسـناً. حتى إن أولئك الكسـالى أو الفوضويين بطبيعتهـم، أو الأشـخاص المتحدريـن مـن أجيـال غيـر مرتبـة، أو المنهمكيـن جـداً، يسـتطيعون تعلم الترتيب كما يجب إذا اسـتعملوا طريقة كونماري.

دعنـي أشـاركك سـراً. إن ترتيبـك منزلـك أمـر ممتـع! فعملية تقييمـك شـعورك حيـال الأشـياء التي تملكها، وتحديـدك تلك التي أنجـزت مهمتهـا، وتعبيـرك عـن امتنانك لها، ثم توديعهـا في الواقع

فحص لذاتك الداخلية، ونوع من طقوس الانتقال إلى حياة جديدة. أما المعيار الذي تحكم وفقه فهو انجذابك الحدسي. وبالتالي، لا حاجة إلى نظريات معقدة أو معطيات رقمية. فكل ما تحتاج إليه هو اتباع التسلسل الصحيح. لذا، سلّح نفسك بالكثير من أكياس النفايات، واستعدّ للمرح.

ابدأ بالملابس، ثم انتقل إلى الكتب والأوراق والأغراض المتفرقة، وأخيراً الأشياء ذات القيمة العاطفية. وإذا خفّفت من كمية ما تملكه وفق هذا التسلسل، فسيكون عملك سهلاً بشكل مفاجئ. وعند البدء بالأشياء السهلة أولاً وترك الصعبة حتى النهاية، يمكنك أن تصقل مهاراتك في اتخاذ القرارات تدريجياً، حيث يصبح الأمر بسيطاً في النهاية.

في الفئة الأولى- أي الملابس- أوصي بتقسيم الأغراض إلى الفئات الفرعية التالية لزيادة الفاعلية:

* ملابس النصف العلوي (القمصان، الكنزات، إلخ...)
* ملابس النصف السفلي (السراويل، التنانير، إلخ...)
* الملابس الواجب تعليقها (السترات، المعاطف، البذلات، إلخ...)
* الجوارب
* الملابس الداخلية
* الحقائب اليدوية...
* «الأكسسوارات» (الأوشحة، الأحزمة، القبعات، إلخ...)
* الملابس الخاصة بأماكن معينة (ملابس البحر، ملابس المدرسة، إلخ...)

* الأحذية

ونعم، الحقائب اليدوية والأحذية مشمولة ضمن فئة الملابس.

لمَ هذا التسلسل؟ في الواقع، لست واثقة من السبب. لكن، استناداً إلى الخبرة التي اكتسبتها بعد تكريسي نصف حياتي للترتيب، أستطيع القول لك إن هذا التسلسل مجدٍ حتماً. صدقني، إذا اتبعت هذا التسلسل، فسوف تسرّع العمل وتحقق نتائج ملحوظة بسرعة مفاجئة. وبما أنك ستحتفظ فقط بالأشياء التي تحبها فعلاً، سوف تزداد طاقتك وفرحتك. قد تشعر بتعب جسدي، ولكن من الرائع التخلص من الأغراض غير الضرورية، وستجد صعوبة في التوقف.

غير أن النقطة المهمة هي تحديد ما يجب الاحتفاظ به. فما هي الأشياء التي تمنحك الفرح إذا احتفظت بها كجزء من حياتك؟ اخترها كما لو أنك تحدد الأغراض التي أعجبتك خلف نافذة العرض في متجرك المفضل. بعد فهمك المبادئ الأساسية، ضع كل ملابسك في كومة واحدة، ثم أمسكها بيدك، القطعة تلو الأخرى، واسأل نفسك بهدوء: «هل يبعث هذا الفرح في نفسي؟». لقد بدأ مهرجان الترتيب عندك.

الملابس

ضع كل قطعة ملابس موجودة في المنزل على الأرض

تتمثل الخطوة الأولى في التحقق من كل خزائن الملابس وخزانة المطبخ والأدراج في المنزل، ثم جمع كل الملابس في مكان واحد. لا تترك خزانة أو درجاً من دون فتحه، وتأكد من جمع

كل قطع الملابس. حين يظن زبائني أنهم أنهوا جمع كل الملابس، أطرح عليهم دوماً هذا السؤال: «هل أنت واثق من أنك لم تترك أية قطعة ملابس في المنزل؟». ثم أضيف: «إن وجدت أي شيء آخر في المنزل فهذا يعني أنك نسيت أمره ولا يهمك، وبالتالي سوف يتم تحويله تلقائياً إلى كومة من النفايات». وأجعلهم يدركون أنّني جدية فعلاً. إذ لا أنوي أبداً السماح لهم بالاحتفاظ بأي شيء بعد انتهاء الفرز. ويكون الجواب عموماً: «أوه، انتظري. أظن أن هناك شيئاً ما في خزانة زوجي»، أو «أوه، لقد علّقت شيئاً ما في الردهة ربما»، تلي ذلك جولة أخيرة في المنزل، وإضافة بعض الأغراض إلى الكومة.

يبدو هذا الإنذار مثل نظام السحب التلقائي لدفع الفواتير في المصرف. لكن، حين يعرف زبائني أن هناك تاريخاً نهائياً صارماً، فهم يجهدون ذاكراتهم مرة إضافية لأنهم لا يريدون خسارة أي قطعة من الملابس من دون أن تتاح لهم فرصة تقرير ذلك. ونادراً ما أضطر إلى تنفيذ تهديدي. لكن، إذا لم يتذكر الشخص غرضاً في هذه المرحلة، فهذا يعني بشكل جلي أنه لا يبعث الفرح في نفسه، وبالتالي أصبح عديمة الشفقة. الاستثناء الوحيد في ما يتعلق بالملابس هو تلك الموجودة في الغسيل.

عند جمع كل الملابس مع بعضها، تكون كومة ملابس النصف العلوي عالية جداً، وتصل إلى الركبة عادة. والمقصود هنا بملابس النصف العلوي الملابس الخاصة بكل المواسم؛ أي القمصان القطنية والسترات والكنزات المحبوكة. ويكون العدد الوسطي للأغراض في هذه الكومة الأساسية قرابة 160 غرضاً. وأول عقبة تواجه زبائني أثناء عملية الترتيب هي تفاجؤ معظم الأشخاص بالكمية الكبيرة التي

يملكونها. وفي هذه المرحلة، أقول عادة: «فلنبدأ بملابس الموسم الماضي». لديّ سبب وجيه لاستهلال عملية الترتيب بملابس الموسم الماضي. فهي الفئة الأكثر سهولة لتشغيل حدس الشخص في ما يبعث الفرح في نفسه.

فإذا بدأ زبائني بالملابس التي يستخدمونها حالياً، فسيميلون إلى التفكير أكثر: « هذه القطعة لا تبعث الفرح في نفسي، لكنّني ارتديتها البارحة»، أو «إذا لم تبقَ لدي أي ملابس أخرى لارتدائها، فماذا سأفعل؟». ويزيد ذلك من صعوبة اتخاذ قرار موضوعي بالنسبة إليهم. وبما أن ملابس الموسم الماضي غير ضرورية حالياً، يسهل أكثر تطبيق المعيار البسيط القائم على ما إذا كانت قطعة الملابس تبعث في نفس الشخص الفرح أم لا. ثمة سؤال واحد أوصي بطرحه عند فرز ملابس الموسم الماضي: «هل أريد رؤية هذه القطعة مجدداً حين يأتي موسمها؟»، أو بكلمات أخرى: «هل أريد ارتداء هذه القطعة فوراً إذا تبدّلت فجأة درجات الحرارة؟».

«هل أريد رؤيتها مجدداً؟ حسناً، ليس بالضرورة...» إذا كان هذا شعورك، فارمِها على الفور. وإذا كنت قد ارتديتها كثيراً خلال الموسم الماضي، فلا تنس أن تعبّر لها عن تقديرك. قد تخشى ألا تبقى لديك أي ملابس إذا استخدمت هذا المعيار. لكن، لا تقلق. قد تشعر أنك رميت الكثير، لكن طالما أنك تختار الملابس التي تبعث في نفسك الفرح، فسوف يبقى لديك المقدار الذي تحتاج إليه.

بعد أن تطوّر القدرة على اختيار ما تحبه، يمكنك الانتقال إلى كل فئة فرعية من ملابس الموسم الحالي. ولعلّ النقاط الأكثر أهمية الواجب تذكرها هي التالية: احرص على جمع كل قطع الملابس

الموجودة في المنزل، واحرص على الإمساك بكل واحدة منها.

ملابس البيت

تحويل بعض الملابس إلى «ملابس البيت» أمر محرّم

قد يبدو رمي أي شيء بعيداً إذا كان لا يزال صالحاً للاستعمال تماماً أمراً مؤسفاً، وخصوصاً إذا كنت قد اشتريته بنفسك. في مثل هذه الحالات، يسألني زبائني غالباً إذا كان بوسعهم الاحتفاظ بالملابس التي يعرفون أنهم لن يرتدوها أبداً خارج المنزل لاستخدامها بمثابة ملابس للبيت. إذا قلت «نعم»، فستصبح كومة ملابس البيت أكبر، من دون أي انخفاض في الحجم الإجمالي للملابس.

رغم ذلك، أعترف أنني فعلتُ الشيء نفسه ذات مرة. فقد احتفظت بملابس عرفتُ أنني لن أرتديها أبداً خارج المنزل، وهي سترات ضيقة، وكنزات قديمة الطراز، وفساتين لا تناسبني أو لم أرتدها قط. ولكن، لم يمرّ وقت طويل قبل أن أطوّر عادة تحويل مثل هذه الملابس إلى «ملابس للبيت» بدل رميها. لكنّني لم أرتدِها قط في تسعين في المئة من الحالات.

اكتشفتُ سريعاً أن العديد من زبائني يملكون أيضاً مجموعات غير مستعملة من «ملابس البيت». وعندما سألتهم عن سبب عدم ارتدائهم إياها، كانت إجاباتهم صريحة جداً. «لا أشعر بالارتياح فيها»، أو «يبدو ارتداء هذه الملابس في المنزل أمراً مؤسفاً فيما كانت مخصصة للخروج»، أو «لا أحبها»، إلخ... بتعبير آخر، هذه الملابس غير مناسبة أبداً لتكون ملابس للبيت. وإطلاق تلك التسمية

على الملابس التي لا تبعث الفرح في النفوس إنما يؤخر رميها فقط. وثمة متاجر مخصصة فقط لبيع ملابس البيت، ويهدف تصميمها وقماشها إلى شعور مرتديها بالاسترخاء. إذاً، يتضح جلياً أنها نوع مختلف تماماً عما نرتديه خارج المنزل. ولعلّ القمصان القطنية هي النوع الوحيد من الملابس العادية التي يمكن إعادة استعمالها في هذه الفئة.

بالنسبة إليّ، لا أجد منطقاً في الاحتفاظ بالملابس التي لا نستمتع بالاسترخاء فيها في المنزل. فالوقت الذي نمضيه في المنزل جزء نفيس من حياتنا، ولا يجدر بنا التقليل من قيمة هذا الوقت لمجرد أن أحداً لا يرانا. لذا، بدءاً من اليوم، توقف عن تحويل الملابس التي لا تعجبك أو لا تريحك إلى ملابس للمنزل. فالتبديد الحقيقي ليس في رمي الملابس التي لا تحبها، وإنما في ارتدائها رغم مكافحتك للحصول على أسلوب عيشك المثالي. ولأنه لا يوجد تحديداً من يراك وأنت ترتديها، يصبح من المنطقي أكثر تعزيز الصورة الذاتية الإيجابية، وذلك بارتدائك الملابس التي تحبها.

ينطبق الشيء نفسه على «البيجاما». إذا كنت امرأة، ارتدي ملابس نوم أنثوية أو أنيقة. فأسوأ شيء تفعلينه هو ارتداؤك بذلة رياضية فضفاضة. وأنا ألتقي أحياناً أشخاصاً يرتدون مثل هذه الملابس طوال الوقت، سواء أكانوا مستيقظين أو نائمين. إذا كانت الملابس الرياضيةِ ركيزة طلتك اليومية، فسوف تبدو في النهاية وكأنها رديفة لك، وهذا ليس جذاباً. فما ترتديه في المنزل يؤثر في صورتك الذاتية.

تخزين الملابس

اطوِها جيداً، وعالج مشاكل التخزين لديك

بعد عملية الانتقاء، يبقى زبائني عادة مع ثلث إلى ربع كمية الملابس التي انطلقوا منها. وفيما الملابس التي يريدون الاحتفاظ بها لا تزال مكدّسة على الأرض، يحين وقت الشروع في توضيبها. لكن، قبل الانتقال إلى تلك الخطوة، دعني أخبرك قصة.

تعاملت ذات مرة مع زبونة لديها مشكلة لم أستطع فهمها. وهي سيدة منزل في الخمسين من عمرها، وقد أخبرتني في لقائنا الأول أنها لا تملك مساحة كافية في منزلها لتوضيب كل ملابسها. لكن، حسب خريطة الشقة، اتضح جلياً أنها لا تملك فقط خزانتين مليئتين لها وحدها، وإنما كل واحدة منهما أكبر بمرة ونصف من الحجم الاعتيادي. ويفترض بهاتين الخزانتين أن تشكّلا مساحة كبيرة للتخزين، لكنّها امتلكت أيضاً منصة مع ثلاثة قضبان مليئة بالملابس.

أصبتُ بالذهول، وقدّرتُ أنها تملك على الأرجح أكثر من 2000 قطعة ملابس في خزانتها. لكنّني عندما زرتها في منزلها فهمتُ المسألة أخيراً. فعندما فتحت خزانتها الممتدة على طول الحائط، أصابتني دهشة كبيرة. إذ بدا الأمر أشبه بالنظر إلى القضبان المحشوة بالملابس في المصبغة. وعلى العلّاقات لم تكن هناك فقط معاطف وتنانير، وإنما أيضاً القمصان القطنية، والكنزات، والحقائب، وحتى الملابس الداخلية.

شرعت زبونتي فوراً في الشرح بشكل مفصل عن مجموعة علاقات الثياب: «هذا النوع معدّ خصيصاً للكنزات المحبوكة كي

لا تنزلق. وهذه يدوية الصنع، اشتريتها من ألمانيا».

وبعد محاضرة استمرت لخمس دقائق، ابتسمت لي ابتسامة عريضة وقالت: «لا تتجعد الملابس إذا علّقتها. وتدوم لوقت أطول أيضاً، أليس كذلك؟». وبعد طرح المزيد من الأسئلة عليها، اكتشفت أنها لم تطوِ أياً من ملابسها يوماً.

ثمة طريقتان لتخزين الملابس: الأولى تقضي بوضعها على العلّاقات وتعليقها على القضيب، والثانية تقضي بطيّها وترتيبها في أدراج. أفهم السبب الذي قد يدفع الأشخاص إلى تعليق ملابسهم، فقد يبدو هذا العمل أقل جهداً. لكنّني أوصي بشدّة باعتماد الطيّ كطريقة أساسية للتخزين. لكن، من المزعج طيّ الملابس وترتيبها في الأدراج. فالأسهل هو وضعها على علاّقة ومن ثم تعليقها في الخزانة. إذا كان هذا ما تفكر فيه، فلا شك في أنك لم تكتشف بعد التأثير الحقيقي للطي.

فالتعليق لا يمكنه أن يتنافس مع الطيّ لناحية توفير المساحة. ورغم أنه يرتبط نوعاً ما بسماكة الملابس، إلّا أنك تستطيع وضع 20 إلى 40 قطعة من الملابس المطوية في المساحة نفسها اللازمة لتعليق 10 قطع. والزبونة المذكورة آنفاً تملك كمية ملابس أكبر بقليل من المعدل. لذا، لو طوتها، لما واجهت أبداً مشكلة في حفظها في مساحة تخزينها. فعند طيّك ملابسك بترتيب، يمكنك حلّ كل المشاكل المرتبطة بالتخزين.

وليس هذا هو التأثير الوحيد للطي. فالفائدة الحقيقية تكمن في ضرورة إمساكك بكل قطعة ملابس تملكها. فحين تمرّر يديك فوق القماش، فأنت تصبّ طاقتك فيه. كلمة «شفاء» باليابانية هي teate،

والتي تعني حرفياً «وضع اليدين». وقد ولد هذا المصطلح قبل تطوير الطب المعاصر، أي حين اعتقد الناس أنّ وضع اليد على موضع الإصابة يحفز على الشفاء. ونحن نعرف تماماً أن التواصل الجسدي بنعومة ما بين الوالدَين وأولادهما- مثل إمساك اليدين، أو التربيت على رأس الطفل، أو العناق- له تأثير مهدّئ في الأولاد. وبالطريقة نفسها، إن التدليك القوي وإنما الحنون باليدين يرخي العضلات المشدودة بفاعلية أكبر مما تفعل آلة التدليك. فالطاقة المتدفقة من يدَي الشخص إلى بشرتنا تبدو وكأنها تشفي الجسم والروح على حدّ سواء.

وينطبق الشيء نفسه على الملابس. فحين نأخذ ملابسنا بين أيدينا ونطويها بترتيب، فنحن ننقل الطاقة التي تؤثر إيجاباً في الملابس. والطيّ الصحيح يرتّب القماش، ويمحو التجاعيد، ويجعل المادة أقوى وأكثر وضوحاً. والملابس التي تم طيّها بترتيب تكشف عن مرونة وليونة يمكن تمييزهما فوراً، مما يفرّقها بوضوح عن تلك التي تم حشرها في الدرج عشوائياً. بالفعل، يتعدى فعل الطيّ جعل الملابس مناسبة الحجم للتخزين. ففي الطيّ نوع من العناية، وتعبير عن الحب، وتقدير لطريقة دعم تلك الملابس لأسلوب عيشك. لذا، حين نطوي الثياب، يجدر بنا فعل ذلك من صميم قلوبنا، وشكر ملابسنا على حمايتها أجسامنا.

بالإضافة إلى ذلك، إن طيّ الملابس بعد غسلها وتجفيفها فرصة للانتباه إليها بكل تفاصيلها. فعلى سبيل المثال، قد نلمح أماكن انسلّ فيها القماش، أو نرى أن قطعة معينة من الملابس أصبحت مهترئة. الطيّ فعلاً نوع من الحوار مع ملابسنا. ولطالما

تـمّ طـيّ الملابـس اليابانيـة التقليدية- أي الكيمونـو واليوكاتا- على شكل مستطيلات لتجد متسعاً لها في الأدراج المصممة لأحجامها. لا أعتقد أن هناك ثقافة أخرى في العالم تنطبق فيها وحدات التخزين مع الملابس بهذه الدقة. إذ يستوعب اليابانيون سريعاً الفرحة الناجمة عن طيّ الملابس، كما لو أنهم مبرمجون وراثياً لأداء هذه المهمة.

كيفية الطيّ

أفضل طريقة طيّ لمظهر مثالي

انتهى غسل الملابس وباتت جاهزة للتوضيب، لكن العديد من الأشـخاص يواجهـون مشـكلة هنـا. فالطيّ يبدو مثـل عمل إضافي، خصوصاً إذا كان سيتم ارتداء الملابس قريباً على أية حال. لذا، لا يزعـج العديـد من الأشـخاص أنفسـهم في الطي، وبعـد فترة قصيرة يملكـون كومـة عاليـة مـن الملابـس علـى الأرض، فيقعـون في فخ الروتين اليومي لانتقاء شيء من الكومة، فيما تستمر الكومة بالارتفاع، لتمتدّ في النهاية من زاوية واحدة وتصل إلى بقية الغرفة.

إذا كان مـا أقولـه ينطبـق عليـك، فـلا تقلـق. فلـم يكن أي من زبائنـي يعـرف كيفيـة طـي الملابـس بطريقة صحيحة عندما شـرعوا في أخذ دروسـي. وفي الواقع، أعلن عدد قليل منهم أن سياسـتهم قضت بعدم طي الملابس أبداً. لذا، فتحت خزائنهم، فبدت الملابس وكأنهـا موضبـة فـي أكياس مسـحوبة الهواء، ورأيـت بعض الأدراج المليئة بملابس ملفوفة ومبرومة مثل النودلز. قد تظن أن زبائني لم يسمعوا قط بكلمة «طي». لكنهم بعدما ينتهون من دروسي، يقولون

لي جميعاً، ومن دون استثناء: «الطي ممتع!».

إحدى زبوناتي شابة في العقد الثاني، وقد كرهت الطيّ كثيراً لدرجة أن أمها كانت تأتي إلى منزلها لتطوي الثياب بالنيابة عنها. لكن، خلال تلقيها دروسي، باتت تحبّ الطي، لا بل علّمت أمها أيضاً كيفية الطي بطريقة صحيحة. وبالفعل، حين تتعلم هذه التقنية جيداً، سوف تستمتع بتطبيقها كل يوم، وسوف تجدها براعة مفيدة لبقية حياتك. والواقع أن متابعتك حياتك من دون معرفتك كيفية الطي خسارة كبيرة.

تتمثل الخطوة الأولى في تصوّرك كيف سيبدو درجك من الداخل حين تنتهي من ترتيبه. إذ يفترض أن يكون الهدف تنظيم المحتوى، حيث تتمكن من رؤية مكان كل غرض بلمح البصر؛ تماماً مثلما تستطيع رؤية عناوين الكتب على الرفوف. الأساس هو تخزين الأغراض واقفة بدل تسطيحها. ولكن، يحاكي بعض الأشخاص طريقة عرض الملابس في المتاجر، فيطوون كل قطعة ملابس على شكل مربع كبير، ثم يرتبونها فوق بعضها بعضاً على شكل طبقات. هذا رائع للعرض المؤقت في المتاجر، ولكنه ليس ما نصبو إليه في المنزل، حيث علاقتنا مع ملابسنا طويلة الأمد.

لتوضيب الملابس منتصبة، يجب جعلها صغيرة الحجم، مما يعني المزيد من الطيّ. يعتقد بعض الأشخاص أن المزيد من الطي يعني المزيد من التجاعيد، لكن هذا ليس صحيحاً. فالتجاعيد لا تنجم عن عدد الطيات، وإنما عن مقدار الضغط المفروض على الثياب. فحتى الملابس المطوية بخفة ستتجعد إذا تم تخزينها في كومة، لأن وزن الثياب فوقها سيفرض ضغطاً كبيراً عليها. فكّر في

الفرق بين طيّ ورقة واحدة وطيّ 100 ورقة دفعة واحدة. يصعب كثيراً الحصول على طية واضحة عند طيّ كدسة كاملة من الأوراق دفعة واحدة.

حين تتخيّل الصورة النهائية لما ستكون عليه أدراجك من الداخل، يمكنك الشروع في الطي. الهدف هو طيّ كل قطعة ملابس على شكل مستطيل بسيط. اطوِ أولاً الجانب الطويل من كل قطعة ملابس نحو الوسط، ثم اثنِ الكمين للحصول على شكل مستطيل- لا يهم كيف تطوي الكمين- بعد ذلك، أمسك بأحد أطراف المستطيل، واطوه صوب الطرف الآخر المقابل له، ثم اطوه مجدداً إلى نصفين، وهكذا بحسب الحاجة. إذ يفترض تعديل عدد الطيات لكي تكون قطعة الملابس المطوية متطابقة مع ارتفاع الدرج عند وضعها فيه. هذا هو المبدأ الأساسي. إذا وجدتَ أن النتيجة النهائية باتت بالشكل الصحيح، ولكنها فضفاضة ورخوة جداً لتقف منتصبة، فسيكون هذا دليلاً على أن طريقتك في الطي لا تتطابق مع نوع الثياب. فكل قطعة ثياب لها شكل مثالي يناسبها، أي شكل مطوي يناسبها تماماً. ويختلف الأمر حسب نوع القماش وحجم قطعة الثياب، وبالتالي عليك تعديل طريقتك إلى أن تجد ما هو مناسب. ليس هذا صعباً، فما عليك إلا تعديل ارتفاع القطعة المطوية حيث تقف جيداً في الدرج، وتكون بذلك قد بلغت الشكل المثالي بسهولة.

يصبح الطي أكثر سهولة إذا طويت القماش الناعم والرقيق بإحكام أكبر وجعلت عرضه وارتفاعه صغيرين، وطويت القماش السميك والزغب بإحكام أقل. وفي الحالات التي يكون فيها أحد طرفي قطعة الملابس أكثر سماكة من الطرف الآخر، من المفيد أيضاً

إبقاء الطرف الرقيق في يدك أثناء الطيّ. فما من شيء أكثر روعة من اكتشاف «الشكل المثالي». وبالفعل، تحتفظ قطعة الثياب بشكلها عند وضعها منتصبة على حافتها، وتبدو رائعة أيضاً عندما تمسك بها بين يديك. الأمر أشبه ببوح مفاجئ- هكذا إذاً تريدين أن يتم طيّك- فتلك لحظة مميزة يتواصل خلالها عقلك مع قطعة الثياب. أحب الطريقة التي يشرق فيها وجه زبائني في تلك اللحظة.

ترتيب الملابس

سرّ منح الطاقة لخزانة ملابسك

من الرائع أن تفتح خزانة ملابسك وترى الملابس التي تحبها معلقة بترتيب على العلاقات. لكن خزائن زبائني تكون في الغالب فوضوية جداً، حيث يحتاجون إلى الشجاعة لفتحها. وبعد فتحها، يستحيل إيجاد أي شيء فيها.

ثمة سببان محتملان لذلك. السبب الأول هو أن الخزانة بكل بساطة مليئة بإفراط. فقد أقحمت إحدى زبوناتي الكثير من الملابس داخل الخزانة حيث احتاجت إلى ثلاث دقائق كاملة لإخراج قطعة واحدة. وكانت العلاقات مكدّسة قرب بعضها بعضاً، وبعد الكثير من الشدّ، نجحت أخيراً في استخراج قطعة الثياب، لكن الملابس الأخرى الموجودة على الجانبين انفجرت إلى الخارج مثلما يخرج الخبز من آلة التحميص. فهمت حينها سبب عدم استخدامها تلك الخزانة طوال أعوام عدة. إنه مثل متطرف، لكنه ينطبق على معظم الأشخاص الذين يخزنون أكثر مما هو ضروري في خزائن ملابسهم.

وهذا أحد الأسباب التي تجعلني أوصي بطيّ كل الملابس الممكنة. هناك طبعاً بعض أنواع الملابس التي يستحسن وضعها على علاقات. وهي تشمل المعاطف، والسترات، والبذلات، والتنانير، والفساتين. لذا، إن معياري هو التالي: علّق كل الملابس التي تبدو أفضل حالاً عند تعليقها، مثل تلك المصنوعة من أقمشة ناعمة تطير في الهواء، أو القصات المقولبة جداً التي تقاوم الطيّ. يجدر بنا تعليق هذه الملابس بطيبة خاطر.

أما السبب الآخر الذي يكمن وراء خزانة الملابس الفوضوية فهو قلّة المعرفة. فببساطة، لا يعرف العديد من الأشخاص كيفية تنظيم الملابس على علّاقات. لذا، تقضي القاعدة الأساسية بتعليق الملابس المنتمية إلى الفئة نفسها جنباً إلى جنب، وتقسيم مساحة التعليق إلى أقسام؛ قسم للسترات، وقسم للبذلات، إلخ... فالملابس، تماماً مثل الأشخاص، تسترخي بحرية أكبر عند تواجدها مع أخرى من النوع نفسه، وبالتالي يساعد تنظيمها وفق فئات على إشعارنا بالارتياح والأمان أكثر. ويمكنك تحويل خزانة ملابسك جذرياً بمجرد تطبيقك هذا المبدأ.

يصرّ العديد من الأشخاص على أنهم رغم تنظيمهم ملابسهم وفق الفئة، إلّا أنه لا يمضي وقت طويل قبل أن تعود الفوضى إليها. لذا، دعني أخبرك سراً يساعدك في ترتيب خزائن الملابس وخزائن المطبخ التي تعمل بكدّ على تنظيمها. رتّب ملابسك حيث «ترتفع إلى اليمين». خذ وقتك لترسم في عقلك سهماً متجهاً صعوداً إلى اليمين، ومن ثم آخر متجهاً نزولاً إلى اليمين. يمكنك فعل ذلك على الورق، أو رسم السهمين في الهواء. هل لاحظت أنك عند

رسمك السهم صعوداً إلى اليمين تشعر بخفة أكبر؟ فالخطوط التي تنحدر صعوداً إلى اليمين تجعل الأشخاص يشعرون بالارتياح. وعند استعمالك هذا المبدأ أثناء تنظيمك خزانة ملابسك، يمكنك جعل المحتويات تبدو أكثر إثارة.

لهذا السبب، علّق الأغراض الثقيلة في الجهة اليسرى، والأغراض الخفيفة في الجهة اليمنى. والأشياء الثقيلة تشمل تلك الطويلة، أو المصنوعة من قماش سميك، أو داكنة اللون. وأثناء انتقالك إلى الجهة اليمنى من مساحة التعليق، يجب أن يصبح طول الملابس أقصر، والقماش أرق، واللون أفتح. وحسب الفئة، يجب أن تكون المعاطف إلى أقصى الجهة اليسرى، تليها الفساتين، ثم السترات، والسراويل، والتنانير، والكنزات. إنه التسلسل الأساسي، لكن حسب التصاميم الموجودة في خزانة ملابسك، يختلف ما يعتبر «ثقيلاً» في كل فئة. حاول إيجاد توازن يجعل الملابس تبدو وكأنها منحدرة صعوداً إلى اليمين. بالإضافة إلى ذلك، نظّم الملابس ضمن كل فئة، من الثقيل إلى الخفيف. وحين تقف أمام خزانتك أعِد تنظيم محتوياتها، حيث ترتفع الملابس إلى اليمين، وستشعر حينها أن قلبك ينبض بسرعة أكبر، فيما خلايا جسمك تضجّ بالطاقة. وتنتقل هذه الطاقة الإيجابية إلى ملابسك أيضاً. وحتى عندما تغلق الباب، ستكون غرفتك أكثر انتعاشاً. حين تختبر هذا الأمر، لن تفوّت أبداً عادة التنظيم وفق الفئة.

قد يتساءل بعض الأشخاص عمّا إذا كان الانتباه إلى مثل هذه التفاصيل يمكنه أن يحدث مثل هذا التغيير. لكن، لمَ تبدد وقتك في الشك إذا كان اعتماد هذا السحر الرائع في كل مساحات التخزين

لديك قادراً على إبقاء غرفتك مرتبة؟ ستحتاج فقط إلى 10 دقائق لإعادة ترتيب خزانتك وفق الفئة، ولذلك ثق بي وجرّب الأمر. لكن، لا تنسَ أنه يجدر بك أولاً تقليل محتويات خزانة ملابسك لتشتمل فقط على تلك التي تحبها فعلاً.

تخزين الجوارب

عامل الجوارب باحترام

هل عشت يوماً تلك التجربة التي ظننتَ فيها أنك تفعل شيئاً جيداً لكنك علمتَ لاحقاً أنك ألحقت الأذى بشخص ما؟ في ذلك الوقت، لم تكن مهتماً مطلقاً، وكنت غافلاً عن مشاعر الشخص الآخر. والأمر مماثل نوعاً ما لطريقة تعاطي معظمنا مع الجوارب.

زرتُ منزل زبونة في الخمسين من عمرها يوماً. وكما هي الحال دوماً، بدأنا بترتيب ملابسها. رتبنا خزانة ملابسها بوتيرة جيدة، وانتهينا من الملابس الداخلية، وكنا على وشك البدء بتنظيم جواربها. لكن، عندما فتحت درج جواربها، أصابتني الصدمة. فقد كان الدرج مليئاً بكتل شبيهة بحبات البطاطا؛ إذ طوت الجوارب بطريقة جعلتها تبدو مثل كرات، ثم ربطت جواربها بإحكام في الوسط. عجزتُ عن الكلام. كانت زبونتي ترتدي مئزراً أبيض، فابتسمت لي وقالت: «يسهل انتقاء ما أريده بهذه الطريقة، كما أن ترتيبها بسيط أيضاً. ألا تظنين ذلك؟». وعلى الرغم من مصادفتي مثل هذا الموقف كثيراً خلال دروسي، إلّا أن الدهشة تصيبني على الدوام. دعني أقول لك أمراً واضحاً: لا تربط جواربك أبداً. لا تحوّل جواربك إلى كرات مطلقاً.

أشـرتُ إلى الجوارب الملفوفة على شـكل كرات، وقلت لها: «انظـري إليهـا بعنايـة. يفتـرض أن يكون هذا وقتها كـي ترتاح، فهل تظنين فعلاً أنها تستطيع الاستراحة هكذا؟».

هـذا صحيـح. فالجـوارب المحفوظة في درجك تكـون مبدئياً فـي إجـازة. فهـي تتعرض لإرهاق شـديد خـلال عملهـا اليومي، إذ تكـون عالقـة بيـن قدمـك وحذائـك، وتتحمـل الضغـط والاحتكاك لحمايـة قدميـك الغاليتيـن. لذا، إن الوقت الـذي تمضيه في درجك هـو فرصتهـا الوحيـدة للاسـتراحة. لكـن، إذا تمّ طيهـا أو لفها على شـكل كرات أو ربطها، فسـتكون دوماً في حالة توتر، فيما قماشـها ممدود ومطاطها مشـدود. وهكذا، سـتتدحرج وترتطم ببعضها كلما فُتِح الدرج أو أُغلِق. أما الجوارب غير المحظوظة التي يتم دفعها إلى الجهة الخلفية للدرج فسـتبقى في الغالب منسـية لوقت طويل جداً، حيث يفسد مطاطها. وحين يكتشفها صاحبها أخيراً ويحاول لبسها، سيكون الوقت قد فات كثيراً، وسيتم تحويل الجوارب إلى نفايات. وهل من معاملة أسوأ من هذه؟

فلنبدأ بكيفية طيّ الجوارب النسائية. إذا كنتِ قد ربطتِها سابقاً، فباشـري في فك العقدة. اجعلي مسـاحة الأصابع في أول قدم فوق مسـاحة القـدم الأخـرى، واطـوِ الجـوارب بالطـول إلـى نصفين. ثم اطوها إلى ثلاثة أقسـام، مع التأكد من أن مسـاحة الأصابع موجودة نحـو الداخـل، وليـس إلى الخارج، فيما الخصر المطاطي ناتئ قليلاً فـي الأعلـى. وأخيراً، لفّي الجـوارب بإحكام صعوداً صوب الخصر المطاطي. إذا كان الخصر المطاطي في الجهة الخارجية حين تنتهين، فسـتكونين قـد أبليـت حسـناً. اطـوي الجـوارب العالية حتـى الركبة

بالطريقة نفسها. ومع القماش الأكثر سماكة، مثل الجوارب الشتوية، سيسهل لفها إذا طويتها إلى نصفين وليس إلى ثلاثة أقسام. المهم أن تكون الجوارب جامدة وثابتة حين تنتهين؛ تماماً مثل لفافة السوشي.

عند حفظ الجوارب في درج، رتّبها بشكل منتصب، حيث تكون الجهة المبرومة مرئية. وإذا حفظتها في أدراج بلاستيكية، فأنا أوصيك بوضعها في صندوق كرتوني أولاً كي لا تنزلق وتنفك، ثم ضع الصندوق في الدرج. تعتبر علبة الأحذية ذات حجم مثالي لتوضيب الجوارب. وهذه الطريقة ممتازة من كل النواحي. فهي تتيح لك رؤية عدد الجوارب التي لديك بلمح البصر، وتحميها من الضرر، وتبقيها ناعمة وغير مجعدة ليسهل ارتداؤها لاحقاً. كما تجعل جواربك أفضل حالاً.

أما طيّ الجوارب العادية فهو أكثر سهولة. إذا كنت قد طويت القسم العلوي منها، فباشر في فكها. ضع أول جارب فوق الآخر، واتبع المبدأ نفسه المعتمد في طيّ الملابس. بالنسبة إلى الجوارب ذات القصات المنخفضة التي تغطي القدم فقط، يكفي طيها مرتين فقط. وبالنسبة إلى الجوارب التي تصل إلى الكاحل، يكفي طيها ثلاث مرات. وبالنسبة إلى الجوارب التي تصل إلى الركبة أو تتعدى الركبة، يمكن طيها أربع إلى ست مرات. يمكنك تعديل عدد الطيات لبلوغ الارتفاع المثالي لدرجك. والأمر سهل، فأساس الطيّ هو السعي للحصول على مستطيل بسيط. احفظ الجوارب منتصبة، مثلما فعلت في الملابس، وسوف تذهل بالمساحة القليلة التي تحتاج إليها مقارنة مع «كرات البطاطا»، وسوف تلاحظ أن جواربك تتنفس الصعداء لأنه تم فكها.

عندما أرى التلاميذ يرتدون جوارب عالية وإنما رخوة في الأعلى، أتوق إلى إطلاعهم على كيفية طيّ جواربهم بطريقة صحيحة.

الملابس الموسمية

لا داعي لتخزين الملابس الموسمية

شهر يونيو هو موسم الأمطار في اليابان. وهو أيضاً شهر تبديل الملابس *koromogae*، أي حين ينتقل الناس إلى الملابس الصيفية. تسبق ذلك عدة أسابيع من التنظيف وتوضيب الملابس الشتوية وإخراج الملابس الصيفية. وكلما اقترب هذا الوقت من السنة، أذكر أنّني كنت أفعل الشيء نفسه أيضاً. لكنّني بعد ذلك لم أعد أزعج نفسي بتوضيب الملابس الموسمية. فعادة تبديل الملابس *koromogae* بدأت في الصين، وتم إدخالها إلى اليابان بمثابة طقس ملكي خلال الحقبة الهيانية (794-1185). وفي أواخر القرن التاسع عشر، حين بدأ العمال والطلاب بارتداء البذلات الموحدة، تم إدخال هذه العادة إلى الشركات والمدارس. وبالفعل، انتقلت الشركات والمدارس إلى البذلات الموحدة الصيفية في بداية شهر يونيو، وإلى الملابس الموحدة الشتوية في بداية شهر أكتوبر. بتعبير آخر، تم تطبيق هذه القاعدة فقط ضمن المنظمات، ولم يكن من الضروري نقلها إلى المنزل العادي.

لكن، كما هي حال كل شخص ياباني آخر، اقتنعتُ أيضاً أنه يجدر بي توضيب الملابس الموسمية وإعادة نبشها مرتين في السنة،

أي في شهرَي يونيو وأكتوبر. وقد أمضيت هذين الشهرين في إفراغ الخزائن والأدراج، وإعادة ملئها. لكن، لأكون صريحة، وجدتُ هذه العادة مزعجة جداً. فإذا كنت قد وضعت فستاناً أريد ارتداءه لاحقاً في صندوق على الرف العلوي في الخزانة مثلاً، كنت أجد صعوبة كبيرة في إنزاله وإخراجه من الصندوق. لذا، كنت أتنازل وأختار شيئاً آخر. وفي بعض الأعوام، لم أنجح في إعادة نبش ملابسي الصيفية إلا في شهر يوليو، وكنت أدرك في غضون ذلك أنّني أشتري ملابس مماثلة لتلك التي أملكها. وما إن أخرج ملابسي الصيفية، حتى يتبدل الطقس فجأة ويصبح بارداً مجدداً.

لقد توقفت عن عادة تخزين الملابس الموسمية. فمع إدخال مكيفات الهواء وأجهزة التدفئة المركزية إلى حياتنا، باتت منازلنا أقل تأثراً بالطقس الخارجي. لذا، لم يعد من المستغرب الآن رؤية أشخاص يرتدون القمصان القطنية داخل منازلهم في منتصف فصل الشتاء. إذاً، لقد حان الوقت للتخلي عن هذه العادة، وإبقاء كل ملابسنا جاهزة للاستعمال على الدوام، بصرف النظر عن الموسم.

يحب زبائني هذه الطريقة، لا سيما وأنهم يستطيعون دوماً رؤية الملابس التي يملكونها. ولا تبرز الحاجة إلى تقنيات صعبة. فكل ما تحتاج إليه هو تنظيم ملابسك، شرط ألا تخزّن ملابسك التي لا تناسب هذا الموسم. المهم هو عدم الإفراط في التقسيم إلى فئات. قسِّم ملابسك إلى «ملابس قطنية» و«ملابس صوفية» عند ترتيبها في الدرج. وتجنّب التصنيف وفق الموسم- أي الصيف، والشتاء، والخريف، والربيع- أو وفق النشاط؛ أي العمل والتسلية، لأن هذا

التصنيـف يبقـى غامضاً جداً. إذا كانت مسـاحة زبوني محدودة، فأنا أوصيه بتوضيب الأغراض الصغيرة والمحددة التي لا تناسب الموسم الـذي نكـون فيـه، مثـل ملابس السـباحة وقبعات الشـمس لموسـم الصيف، والأوشـحة والقفازات والقبعات لموسـم الشـتاء. وبما أن المعاطف الشـتوية ليسـت صغيرة الحجم، يمكن تركها في الخزانة حتى لو لم يكن الموسم مناسباً لها.

بالنسبة إلى الذين لا يملكون من بينكم مساحات كافية، دعوني أشارككم بعض النصائح لتخزين ملابسكم التي لا تناسب الموسم. فالعديد من الأشـخاص يخزنون ملابسـهم التي لا تناسـب الموسـم فـي علـب بلاسـتيكية ذات أغطيـة. إلا أن هـذه العلب أصعب أنواع وحـدات التخزيـن التـي يمكن اسـتعمالها بفاعليـة. فبعد وضعها في الخزانة، سيتم حتماً وضع شيء ما فوقها. وبالتالي، إن سحب تلك العلبة وفتحها سيتطلب عملاً إضافياً. وفي النهاية، سيسهل نسيان أمر العلبة، إلى أن يوشـك الموسـم على الانتهاء. وإذا كنت تنوي شـراء وحدات للتخزين في المستقبل القريب، فأنا أوصيك بشراء مجموعة مـن الأدراج. احـرص علـى عدم دفن الملابس في الخزانة؛ حتى لو كانت غير مناسبة للموسم. فالملابس التي يتم إخفاؤها لنصف سنة تبـدو باهتـة ومفتقـدة إلى الحيويـة. وبدلاً من ذلك، اسـمح بدخول بعـض الضـوء والهـواء إليها بين الحين والآخـر. افتح الدرج أحياناً، ومـرر يديـك فـوق محتوياته. اجعل تلك المحتويات تعلم أنك تهتم بها وتتشوّق لارتدائها عندما يحين موسمها. هذا النوع من«التواصل» يسـاعد ملابسـك على البقاء منتعشـة، ويبقي علاقتك بها حية لوقت أطول.

تخزين الكتب

ضع كل كتبك على الأرض

بعد انتهائك من تنظيم ملابسك وتخزينها، يحين الوقت للانتقال إلى الكتب. والكتب من بين الأشياء الأساسية التي يجد الناس صعوبة كبيرة في رميها. وبالفعل، يقول العديد من الأشخاص إنهم لا يستطيعون الانفصال عن الكتب؛ بصرف النظر عما إذا كانوا قراء مواظبين أم لا. لكن المشكلة الحقيقية في الواقع هي طريقة تخليهم عنها.

إحدى زبوناتي امرأة في العقد الثالث من عمرها تعمل في شركة استشارية أجنبية، وهي تحب الكتب. ولم تكن تقرأ كل الكتب المرتبطة بعملها فقط، وإنما قرأت أيضاً مجموعة واسعة من القصص والكتب المصوّرة. وبطبيعة الحال، كانت غرفتها مليئة بالكتب. ولم تملك فقط ثلاث مكتبات كبيرة عالية حتى السقف ومليئة بالكتب، وإنما امتلكت أيضاً 20 كدسة عالية من الكتب المكدسة بطريقة عشوائية على الأرض. عند دخولي غرفتها، توجّب عليّ المشي قرب الحائط، والاستدارة بين الحين والآخر لتفادي الارتطام بتلك الكومات.

قلتُ لها ما أقوله لكل زبائني: «ابدئي من فضلك بإزالة كل الكتب من رفوفك وضعيها كلها على الأرض».

فاتسعت عيناها استغراباً وقالت: «كلها؟! هناك عدد كبير جداً منها».

«نعم، أعرف. كلها من فضلك».

«لكـن...» تـرددت هنيهة كما لـو أنها تبحث عن الكلمات قبل أن تتابع: «أليس من الأسـهل الاختيار بينها فيما لا تزال على الرف حيث أستطيع رؤية العناوين؟».

يتم ترتيب الكتب عادة في صفوف في المكتبات، حيث تكون عناوينها مرئية بوضوح، ويصبح من المنطقي أكثر التخلص من تلك التي لا تريدها عندما تتمكن من رؤيتها. وبالإضافة إلى ذلك، تكون الكتـب ثقيلـة عـادة. لـذا، إن إنزالهـا كلها عن الـرف لإعادة وضعها مجـدداً يبـدو مثـل مضيعـة للجهـد... ورغـم ذلـك، لا تفـوّت هذه الخطوة. أنزل كل الكتب عن رفوف مكتبتك. إذ لا يمكنك الحكم فـي مـا إذا كان الكتـاب يأسـر اهتمامـك أم لا إن كان لا يـزال على الرف. فتماماً مثل الملابس أو كل المقتنيات الأخرى، إن الكتب التي تبقـى غيـر ملموسـة علـى الرف لوقت طويل جـداً تدخل في مرحلة سبات، أو يجدر بي ربما القول إنها تصبح «غير مرئية». فرغم كونها أمـام أعيننـا، تبقـى غير مرئية؛ تماماً مثلما يقف الجندب سـاكناً على العشب، ويندمج مع محيطه.

إذا سـألت نفسـك حين تنظر فقط إلى الأشياء الموضوعة على رفوفك أو في أدراجك: «هل يشعرني هذا بالفرح؟»، فلن يعني لك السـؤال كثيـراً. ولكـي تقـرر فعـلاً إذا كنت تريد الاحتفاظ بشـيء ما أو رميـه بعيـداً، عليـك أن تخرج أغراضك من حالة السـبات. فحتى كدسات الكتب المكدسة على الأرض سيصبح تقييمها أكثر سهولة إذا نقلتها إلى مكان مختلف أو أعدت تكديسها مجدداً. فتماماً مثل الهـزّة الخفيفـة التـي نعتمدها لإيقاظ أحدهم، يمكننا تحفيز شـعورنا بتحريك مقتنياتنا مادياً، وتعريضها للهواء المنعش.

فيما أساعد زبائني على ترتيب منازلهم أو مكاتبهم، أقف أمام كدسات الكتب التي كدّسوها على الأرض وأصفق بيديّ، أو أربّت بخفة على أغلفة الكتب. في البداية، ينظر إليّ زبائني باستغراب، ولكنهم يتفاجأون لاحقاً بسرعة ودقة قدرتهم على الانتقاء. إذ يستطيعون أن يروا بالضبط ما يحتاجون إليه، وما لا يحتاجون إليه. من الصعب أكثر الاختيار من بين الكتب فيما لا تزال على الرف، إذ يعني ذلك ضرورة تكرار العملية لاحقاً. وفي حال وجود الكثير من الكتب الواجب ترتيبها دفعة واحدة على الأرض، أطلب من زبائني تقسيمها إلى أربع فئات:

* الفئة العامة (الكتب التي تقرأها للمتعة)
* الفئة العملية (المراجع، كتب الطبخ...)
* الفئة البصرية (مجموعات الصور الفوتوغرافية...)
* المجلات

بعد تكديسك كتبك على الأرض، أمسكها بيديك، الواحد تلو الآخر، وقرر ما إذا كنت تريد الاحتفاظ بها أو رميها. والمعيار بالطبع هو ما إذا كان ذلك الكتاب يبعث فيك الإحساس بالمتعة عند لمسه أم لا. تذكر أنّني قلت حين تلمسه. وتأكد من عدم الشروع في قراءته؛ فالقراءة تجعل حكمك ضبابياً، وعندها بدلاً من تساؤلك عن إحساسك، سوف تبدأ بالتساؤل عما إذا كنت بحاجة إلى ذلك الكتاب أم لا. تخيل كيف سيكون الرف مليئاً بالكتب التي تحبها فعلاً. أليست هذه الصورة رائعة؟ بالنسبة إلى شخص يحب الكتب، هل من سعادة أكبر من هذه؟

الكتب غير المقروءة

«يوماً ما» تعني «أبداً»

من الأسباب الأكثر شيوعاً وراء عدم رمي كتاب معين قول مالكه: «قد أقرأه»، أو «قد أرغب في قراءته مجدداً». خصص برهة من وقتك لإحصاء عدد الكتب المفضلة لديك، أي الكتب التي قرأتها فعلاً أكثر من مرة. كم عددها؟ بالنسبة إلى بعض الأشخاص، قد يكون العدد مقتصراً على خمسة، فيما قد يصل عند بعض القرّاء الاستثنائيين إلى مئة ربما. لكن الأشخاص الذين يعيدون قراءة الكتب بهذا العدد من المرات يعملون عادة في مهن محددة، مثل التدريس والتأليف. ونادراً ما تجد أشخاصاً عاديين جداً مثلي يقرأون الكتب عدة مرات. فلنواجه الحقيقة. في النهاية، سوف تقرأ عدداً قليلاً جداً من كتبك مجدداً. وكما هي حال الثياب، نحتاج إلى التوقف والتفكير في الغرض الذي تؤديه هذه الكتب.

الكتب عبارة عن أوراق مبدئياً، أي كدسات من الأوراق مليئة بالأحرف ومجلّدة جيداً. هدفها الحقيقي هو أن تتم قراءتها، وأن تمدّ قرّاءها بالمعلومات. والمعلومات الموجودة فيها هي التي لها معنى. ولا معنى لها أبداً إذا تم وضعها على الرفوف فقط. أنت تقرأ الكتب لتختبر تجربة المطالعة. والكتب التي قرأتها سابقاً ربما بات محتواها داخلك، حتى لو لم تذكر ذلك. لذا، عندما تقرّر أياً من الكتب تريد الاحتفاظ بها، انسَ احتمال قراءتك لها مجدداً أو إجادتك لمحتواها. وبدلاً من ذلك، خذ كل كتاب في يدك، وقرر ما إذا كان يحرّك مشاعرك أم لا. واحتفظ فقط بتلك الكتب التي

تجعلك سعيداً عندما تراها على رفوفك، أي الكتب التي تحبها فعلاً. وينطبق الأمر نفسه على هذا الكتاب أيضاً. فإذا لم تشعر بأي فرح حين تمسكه بيدك، فالأفضل أن ترميه بعيداً.

ماذا عن الكتب التي بدأت بقراءتها ولكنك لم تنهِ قراءتها بعد؟ أو الكتب التي اشتريتها ولم تقرأها بعد؟ ما الذي يجدر بك فعله بالكتب التي تنوي قراءتها يوماً ما؟ لقد سهّل الإنترنت مسألة شراء الكتب، ولكنْ نتيجة لذلك يبدو لي أن الأشخاص صاروا يملكون كتباً غير مقروءة أكثر مما كانت عليه حالهم من قبل. ومن غير المستغرب أن يشتري الأشخاص كتاباً، ثم المزيد منها بعد فترة وجيزة؛ قبل أن يقرأوا الكتب التي اشتروها في البداية أصلاً. إلا أن الكتب غير المقروءة تتراكم. والمشكلة في الكتب التي ننوي قراءتها يوماً ما هي أنه يصعب التخلص منها أكثر من تلك التي قرأناها.

أذكر أنّني ذات مرة كنت أعطي رئيس شركة درساً حول كيفية ترتيب مكتبه. كانت رفوف كتبه مليئة بعناوين صعبة قد تتوقع من رئيس شركة قراءتها، مثل الكتب الكلاسيكية لمؤلفين مثل دروكر وكارنيجي، بالإضافة إلى أحدث الكتب الأكثر مبيعاً. بدا لي حينها أنّني أدخل مكتبة حقيقية. وعندما رأيت مجموعته، أحسستُ بعدم الارتياح. لكن، حين بدأ بفرزها، وضع كتاباً تلو الآخر في كومة «الكتب المراد الاحتفاظ بها»، معلناً عن أنها لا تزال غير مقروءة. وعندما أنهى تصنيفه، كان قد بقي لديه 50 كتاباً، ولم يحرز أي تقدم في المجموعة الأصلية. وعندما سألته عن سبب احتفاظه بها، أعطاني الجواب الكلاسيكي في لائحة الأجوبة الأكثر احتمالاً: «لأنّني قد أرغب في قراءتها يوماً ما». أخشى أن أقول لك الآن،

استناداً إلى تجربتي الشخصية، إن عبارة «يوماً ما» تعني «أبداً».

إذا فوّتَ على نفسك فرصة قراءة كتاب معين، حتى لو كانت قراءته مطلوبة منك، أو كان كتاباً تنوي قراءته منذ زمن بعيد جداً، فهذه فرصتك للتخلي عنه. ربما رغبتَ في قراءته عندما اشتريته، ولكنْ إن لم تكن قد قرأته حتى الآن، فإن الهدف من الكتاب هو تعليمك أنك لست بحاجة إليه. لا حاجة أبداً إلى إنهاء مطالعة الكتب التي وصلت إلى منتصفها؛ فالهدف منها كان أن يقرأ نصفها فقط. لذا، تخلص من كل تلك الكتب غير المقروءة. وسيكون من الأفضل لك أن تقرأ الكتاب الذي يثير اهتمامك الآن، وليس الكتاب الذي تركته في مهبّ الغبار طوال أعوام عديدة.

الأشخاص الذين يملكون مجموعات كتب كبيرة هم في الأغلب طلاب معرفة مجتهدون. ولهذا السبب، من غير المستغرب رؤية العديد من المراجع والأدلّة في مكتبات زبائني. واللافت أن المراجع العملية والكتب المخصصة لاكتساب المؤهلات متنوعة جداً في أغلب الأحيان، إذ تتراوح ما بين التدقيق في الحسابات، والفلسفة والكمبيوتر، وصولاً إلى العلاج العطري والرسم. وفي بعض الأحيان، أصاب بالذهول حين أكتشف أنواع المؤهلات التي يهتم بها زبائني. كما أن العديد من زبائني يحتفظون بكتبهم القديمة التي تعود إلى أيام المدرسة، والدفاتر التي كانوا يتدربون فيها على مهارات الكتابة.

وإذا كنتَ مثل العديد من زبائني تملك أي كتب منتمية إلى هذه الفئة، فأنا ألحّ عليك الآن للتوقف عن الإصرار على إمكانية استعمالها يوماً ما، وللتخلص منها اليوم. لماذا؟ لأن احتمالات

قراءتها يوماً ما ضئيلة جداً. فبين كل زبائني، يستعمل أقل من 15 في المئة منهم مثل هذه الكتب. وعندما يشرحون لي سبب تشبثهم بها، تتمحور كل أجوبتهم حول ما ينوون فعله «يوماً ما». «أودّ دراسة هذا يوماً ما»، أو «سأدرسه حين يصبح لديّ المزيد من الوقت»، أو «فكرتُ في أنه من المفيد تعلم اللغة الإنكليزية»، أو «أردت دراسة المحاسبة لأنّني أعمل في الإدارة». إذا لم تكن قد أنجزت لغاية الآن ما نويتَ فعله، فارمِ ذلك الكتاب بعيداً. فعند رميه فقط، ستتمكن من اختبار مدى شغفكَ في ذلك الموضوع. فإذا لم تتبدل مشاعرك بعد رميه، فستكون قد أبليتَ حسناً برميه. لكن، إذا رغبت في الكتاب بشدة بعد رميه لدرجة أنك ترغب في شراء نسخة أخرى، فاشترِ حينها نسخة جديدة، واقرأها هذه المرة جيداً.

الكتب الواجب الاحتفاظ بها: تلك الشخصية جداً

أبقي الآن مجموعة كتبي مؤلفة من 30 كتاباً تقريباً في أي وقت من الأوقات، لكنّني في الماضي وجدت صعوبة في التخلص من بعض الكتب لأنّني أحبها. ففي أول مرة فرزت فيها كتبي باستعمال معيار ما إذا كانت تمنحني السعادة أم لا، بقي لديّ نحو 100 كتاب في مكتبتي. صحيح أن هذا الرقم ليس كبيراً مقارنة مع العدد المتوسط، لكنّني شعرتُ أنّني أستطيع تخفيضه أكثر. وذات يوم، قررتُ إلقاء نظرة عن كثب على ما أملكه. بدأتُ بالكتب التي أعتبر رميها محظوراً. في حالتي الشخصية، كان كتاب أليس في بلاد العجائب في أول اللائحة؛ لأنّني قرأته مراراً وتكراراً منذ أيام المدرسة الابتدائية. يسهل التعرف إلى مثل هذه الكتب التي تنتمي

إلـى فئـة الكتب الشـخصية المفضلة. نظرتُ بعدهـا إلى الكتب التي تمنحني المتعة ولكنها ليسـت من ضمن الكتب الشـخصية المفضلة لـديّ. ومـع مـرور الوقت، تبـدل محتوى هذه الفئة بصـورة طبيعية. لكـن الكتـب المفضلـة لدي هي حتماً تلك التـي أريد الاحتفاظ بها في الوقت الحاضر. في ذلك الوقت، كان كتاب فن الرمي أحد تلك الكتـب، وأول مـا لفـت انتباهـي إلـى الترتيب، رغم عـدم اقتنائي له فـي الوقـت الحاضـر. لا بأس في الاحتفاظ بالكتـب التي توفر هذه الدرجة من المتعة.

أمـا الكتـب التـي يصعـب التخلـص منهـا أكثر فهـي تلك التي تمنحـك متعـة متوسـطة؛ أي تلك المشـتملة على كلمـات وعبارات أثّـرت فـي قلبـك، وقد ترغب فـي قراءتها مجدداً. إنهـا الكتب التي يصعب عليك رميها. ورغم أنّني لم أشعر بأي ضغط للتخلص منها، إلّا أنّنـي لـم أستطع إهمـال حقيقـة أنها منحتني متعـة معتدلة فقط. بـدأت أبحـث عـن طريقـة للتخلص منها من دون نـدم، وفي النهاية تذكـرتُ «طريقـة خفـض الحجـم». أدركتُ أنّ ما أريـد الاحتفاظ به فعلاً ليس الكتاب نفسه وإنما المعلومات أو الكلمات الموجودة فيه، وقررتُ أنّني إذا احتفظتُ فقط بما هو ضروري، فيفترض أن أتمكن من رمي ما تبقى.

تمثلت فكرتي في نسخ العبارات التي ألهمتني على دفتر. ومع مرور الوقت، يفترض أن تتحول إلى مجموعة شـخصية من أقوالي المفضلة التي قد تكون قراءتها مجدداً في المسـتقبل وتذكر المسـار الذي قادتني إليه أمراً ممتعاً. وبحماسـة كبيرة، أخرجتُ دفتراً أحبه، وبدأت في تنفيذ مشروعي. بدأت بالتسطير تحت العبارات التي أريد

نسخها، ثم كتبتُ العنوان على دفتري وبدأتُ بالنسخ. لكنّني حين بدأت، أدركت أن هذه العملية تتطلب الكثير من الجهد. فالنسخ يستلزم الكثير من الوقت، ولأتمكن من قراءة تلك الكلمات في المستقبل، لا بد أن يكون خطي مرتباً. إذ يستغرق نسخ 10 عبارات من كتاب واحد قرابة نصف ساعة على الأقل؛ في أفضل الحالات. وجعلتني فكرة تكرار هذه المهمة مع 40 كتاباً أشعر بالدوار.

تمثلت خطتي التالية في استعمال آلة النسخ. سأصوّر المقاطع التي أريد الاحتفاظ بها، ثم سأقصها وألصقها على الدفتر. اعتقدتُ أن هذه الطريقة ستكون أسرع وأسهل. لكنّني حين جرّبتها وجدتُ أنها تستلزم المزيد من العمل. وفي النهاية، قرّرت تمزيق الصفحة التي أريدها من الكتاب. إلّا أن لصق تلك الصفحات على الدفتر كان متعباً أيضاً، فقمتُ بتبسيط العملية، وذلك بوضع الأوراق في ملفّ. احتجتُ إلى خمس دقائق فقط لكل كتاب، ونجحت في التخلص من 40 كتاباً، فيما احتفظتُ بالعبارات التي أحبها. سررتُ بالنتائج كثيراً. وبعد سنتين من إطلاقي «طريقة خفض الحجم»، أدركتُ فجأة أمراً مهماً؛ وهو أنّني لم أنظر مرة واحدة إلى الملف الذي صنعته. إذاً، كل ذلك الجهد الذي بذلته كان فقط لإراحة ضميري.

لاحظتُ في الآونة الأخيرة أن امتلاك عدد أقل من الكتب يزيد من تأثير المعلومات التي أقرأها، فأنا أتعرف إلى المعلومات الضرورية بسهولة أكبر.

وقد ذكر لي الأمر نفسه العديد من زبائني، لا سيما أولئك الذين يرمون عدداً كبيراً من الكتب والأوراق. بالنسبة إلى الكتب، يعتبر التوقيت هو الأساس. فلحظة تصادف كتاباً معيناً يعجبك يكون ذلك

الوقـت هو الأنسـب لقراءتـه. ولتفادي تفويت هذه اللحظة، أوصيك بإبقاء مجموعة كتبك صغيرة.

فرز الأوراق

القاعدة الأساسية: تخلَّص من كل شيء

بعـد انتهائـك مـن تنظيـم كتبـك، يحيـن الوقـت للانتقـال إلى أوراقـك. علـى سـبيل المثال، حامل الرسـائل الذي يـكاد ينفجر بما يحتويـه مـن مغلفات، والإعلانات المدرسـية المعلقة على ثلاجتك، والدعـوة إلـى اجتماع المدرسـة الموضوعة قـرب الهاتف، والجرائد التي تراكمت على طاولتك خلال الأيام القليلة الأخيرة. هناك أماكن عدة في المنزل تتراكم فيها الأوراق مثل كومات الثلج.

ورغـم الافتـراض العـام القائـل بوجود أوراق فـي المنزل أقل مـن تلـك الموجـودة في المكتب، فإن هذا المبدأ غير صحيح. فأقل كمية من نفايات الأوراق التي يتخلص منها زبائني تبلغ كيسـين من النفايات، سعة كل منهما 45 ليتراً. أما العدد الأقصى لغاية الآن فبلغ 15 كيساً. في العديد من الأحيان، أسمع أن آلات تمزيق الورق عند زبائنـي قـد تعطلـت. يصعب كثيـراً التعاطي مع هذا العدد الكبير من الأوراق، لكنّنـي ألتقـي بيـن الحيـن والآخر بعـض الزبائن المذهلين الذين تدهشني فعلاً مهاراتهم في توضيب الملفات. وحين أسألهم: «كيف ترتبون أوراقكم؟». تكون إجاباتهم مفصلة جداً.

«الأوراق المتعلقـة بـالأولاد توضـع في هـذا الملف. أما ذلك الملف هناك فأضع فيه وصفات الطبخ. وقصاصات المجلات أضعها

هنا، فيما دفاتر تشغيل الأدوات الكهربائية أضعها في هذه العلبة...»
لقد قاموا بتصنيف أوراقهم إلى فئات مفصلة جداً، لدرجة أن عقلي يتوه أحياناً في متاهات منطقهم. أعترف، أكره توضيب الأوراق! وأنا لا أستخدم أبداً الملفات المتعددة، ولا أكتب اللصائق. قد يجدي هذا النظام نفعاً في المكتب أكثر، حيث العديد من الأشخاص يستخدمون المستندات نفسها. ولكن، لا حاجة أبداً إلى استعمال نظام التوضيب المفصل في المنزل.

مبدئي الأساسي في فرز الأوراق يقضي برميها كلها. يُذهل زبائني حين أقول هذا، ولكنْ لا شيء مزعج أكثر من الأوراق. ففي النهاية، لن تبعث أي فرح أبداً، مهما وضبتها بعناية. لهذا السبب، أوصيك برمي أي شيء لا ينتمي إلى إحدى الفئات الثلاث التالية: الأوراق المستخدمة حالياً، والأوراق اللازمة لفترة محددة من الوقت، والأوراق الواجب الاحتفاظ بها بأي ثمن.

بالمناسبة، لا تشمل كلمة «أوراق» أي أوراق لها قيمة عاطفية؛ مثل رسائل الحب القديمة، أو دفاتر اليوميات. ومحاولة فرز هذه الأوراق ستبطئ وتيرتك كثيراً. لذا، ألزِم نفسك بأن تفرز أولاً الأوراق التي لا تبعث فيك أية حماسة على الإطلاق، وحاول إنهاء المهمة دفعة واحدة. أما رسائل الأصدقاء والأحباب فيمكن تركها لمرحلة ترتيب الأغراض العاطفية.

بعد الانتهاء من رمي تلك الأوراق التي لا تمنحك أية متعة، ماذا ستفعل بالأوراق.التي قررت الاحتفاظ بها؟ طريقتي في التوضيب بسيطة جداً، فأنا أقسمها إلى فئتين: الأوراق الواجب حفظها، والأوراق الواجب التعاطي معها. صحيح أن سياستي تقضي برمي كل الأوراق،

لكن الأوراق التي تندرج ضمن هاتين الفئتين هي الوحيدة التي لا ينبغي رميها؛ كالرسائل التي تستلزم رداً، والاستمارات الواجب تسليمها، والجريدة التي تنوي قراءتها. خصِّص زاوية معينة لمثل هذه الأوراق الواجب التعاطي معها. تأكَّد من إبقاء كل هذه الأوراق في مكان واحد فقط، ولا تسمح أبداً بانتشارها إلى أنحاء أخرى في المنزل. أوصيك باستعمال رفوف تنظيم عمودية، حيث يمكنك حفظ الأوراق منتصبة، وبتعيين مكان خاص لها. كل الأوراق التي تستلزم الانتباه يمكن وضعها هناك من دون فصلها.

بالنسبة إلى الأوراق الواجب حفظها، اقسِمها إلى فئات فرعية حسب تواتر استعمالها. والطريقة المعتمدة للتقسيم ليست معقدة أبداً. فأنا أنظمها على الشكل التالي: قسم للأوراق المستخدمة بشكل غير متواتر، وقسم للأوراق المستخدمة بتواتر أكبر. تجدر الإشارة إلى أن الأوراق المستخدمة بشكل غير متواتر تشمل بوالص التأمين، والكفالات، وعقود الإيجار. لسوء الحظ، يجب الاحتفاظ بهذه الأوراق؛ بصرف النظر عما إذا كانت تبعث الفرح في قلبك أم لا. وبما أنك لن تحتاج أبداً إلى الوصول إلى الأوراق ضمن هذه الفئة لاستعمالها، لن تكون بحاجة إلى بذل الجهد في فرزها. أوصيك بوضعها كلها في مجلد بلاستيكي واحد شفاف من دون القلق بشأن فرزها.

أما الفئة الفرعية الأخرى فتشمل الأوراق التي تخرجها وتنظر إليها بتواتر أكبر، مثل الخطوط العريضة للمؤتمرات أو قصاصات الجرائد. وتكون هذه الأوراق عديمة المعنى؛ إلّا إذا تم حفظها بطريقة يسهل فيها الوصول إليها وقراءتها. ولهذا السبب، أوصي بوضعها في الملفات الشفافة الشبيهة بالكتب. قد يكون فرز هذه

الفئة هو الأصعب على الإطلاق. صحيح أن هذه الأوراق غير ضرورية، لكنها تميل إلى التكاثر. لذا، إن تخفيض حجم هذه الفئة هو السرّ الذي يكمن خلف تنظيمك أوراقك.

يتم تقسيم الأوراق إلى ثلاث فئات فقط: تلك التي تستلزم الانتباه، وتلك الواجب حفظها (العقود)، وتلك الواجب حفظها (أوراق أخرى). الأساس هو إبقاء كل الأوراق المنتمية إلى الفئة نفسها ضمن الملف نفسه، والامتناع عمداً عن إعادة تقسيمها حسب المحتوى. بتعبير آخر، أنت بحاجة فقط إلى ثلاثة ملفات أو صناديق. لا تنَس أن صندوق «الأوراق التي تستلزم الانتباه» يجب أن يكون فارغاً. وفي حال وجود أوراق فيه، فهذا يعني أنك تركت أشياء غير منجزة في حياتك تستلزم الانتباه. ورغم أنّني لم أنجح قط في إفراغ صندوق «الأوراق التي تستلزم الانتباه»، إلّا أن هذا الأمر يبقى دائماً الهدف الواجب تحقيقه.

كل الحقائق عن الأوراق

كيفية تنظيم الأوراق المزعجة

سياستي الأساسية تقضي برمي كل الأوراق، لكن هناك دوماً بعض الأوراق التي يصعب رميها. لنرَ معاً كيفية معالجتها.

أوراق الدراسة

ثمة احتمال كبير بأن يعمد الأشخاص الذين يستمتعون بالدراسة إلى حضور المؤتمرات أو الحلقات الدراسية في مواضيع مختلفة؛

مثل العلاج العطري أو التفكير المنطقي أو التسويق. وهناك موضة جديدة في اليابان تقضي باستخدام الوقت في الصباح الباكر لتلقي المحاضرات الصباحية. يتسع المحتوى والإطار الزمني شيئاً فشيئاً، مما يمنح الأشخاص خياراً أكبر. وبالنسبة إلى المشاركين، تكون المواد التي أعدّها المحاضر أقرب إلى شارة الشرف، وبالتالي، يجدون صعوبة في التخلي عنها. لكنّني عندما أزور منازل أولئك المتعلمين المجتهدين، ألاحظ أن تلك المواد تستنفد الكثير من المساحة، مما يجعل غرفهم فوضوية.

إحدى زبوناتي كانت امرأة في الثلاثين من عمرها، عملت لدى شركة إعلانات. لحظة دخلتُ غرفتها، شعرت أنّني في مكتب. فقد رأت عيناي صفوفاً من الملفات مع عناوين مطبوعة بعناية. قالت لي: «كل هذه المواد أحضرتها من المؤتمرات التي شاركت فيها». اعترفت تلك المرأة بأنها مهووسة بالمؤتمرات، وقد احتفظت بالمواد التي أحضرتها من كل مؤتمر شاركت فيه.

يصرّ الناس غالباً: «أريد قراءة هذه المواد مجدداً في يوم ما»، ولكنهم لا يفعلون ذلك أبداً. بالإضافة إلى ذلك، يملك أغلبهم عادة مواد من مؤتمرات مختلفة، وإنما متمحورة حول الموضوع نفسه أو مواضيع متشابهة. لماذا؟ لأن ما تعلموه في المؤتمر لم يعلق في أذهانهم. لا أقول ذلك على سبيل الانتقاد، وإنما لمجرد الإشارة إلى عدم جدوى الاحتفاظ بالمواد من المؤتمرات السابقة. فإذا لم يتم تطبيق المحتوى، ستكون تلك المؤتمرات مثل هذه الحلقات الدراسية عديمة الفائدة. فقيمة تلقي درس أو تعلم أي شيء تبدأ لحظة حضورنا الدرس، وسرّ الحصول على القيمة القصوى يكمن

في تطبيق ما تعلمناه لحظة انتهاء الدرس. لماذا يدفع الأشخاص تكاليف باهظة لمثل هذه الحلقات الدراسية فيما يستطيعون قراءة المحتوى نفسه في كتاب أو أي مكان آخر؟

لأنهم يريدون أن يشعروا بشغف الأستاذ ويختبروا بيئة التعلم. وهكذا، إن المادة الحقيقية هي الحلقة الدراسية أو الحدث نفسه، ولا بد من عيشه جيداً.

عند حضور حلقة دراسية، افعل ذلك وأنت مصمم على رمي كل الأوراق التي يتم توزيعها عليك. وإذا ندمتَ على رميها، شارك في الحلقة الدراسية نفسها مرة أخرى، وطبّق ما تعلمته منها هذه المرة. ثمة تناقض في الأمر، لكنّني أعتقد أنه بسبب تشبثنا بمثل هذه المواد، نخفق في تطبيق ما تعلمناه. وأكبر مجموعة صادفتها لغاية الآن من مواد المؤتمرات بلغت 190 ملفاً. لا حاجة طبعاً إلى القول إنّني أجبرت الزبون على رمي كل الملفات من دون استثناء.

بيانات بطاقة الاعتماد

ثمة شيء آخر يجدر بك رميه، ألا وهو بيانات بطاقة الاعتماد. فما الجدوى منها؟ بالنسبة إلى معظم الأشخاص، إنها ببساطة الوسيلة للتحقق من مقدار المال الذي تم إنفاقه خلال شهر معين. لذا، بعد التحقق من المحتوى للتأكد من أنه صحيح، وتسجيل الرقم في حساباتك المنزلية، يكون البيان قد أدّى واجبه ويجدر بك رميه فوراً. لا داعي للشعور بالذنب على الإطلاق.

هل يمكنك التفكير في أي وقت آخر قد تحتاج فيه فعلاً إلى بيانات بطاقة الاعتماد؟ هل تتوقع أنك قد تحتاج إليها في قضية

محكمة لإثبات مقدار المال الذي تم سحبه مثلاً؟ لن يحصل هذا الأمر، وبالتالي لا حاجة إلى الاحتفاظ بهذه البيانات لبقية حياتك. ينطبق الشيء نفسه على إشعارات السحب من حسابك لدفع المصاريف. كن صارماً وانتهز هذه الفرصة للتخلص منها.

من بين كل زبائني، ثمة ثنائي واجه صعوبة كبيرة في رمي الأوراق، وكانا كلاهما محاميين. راحا يسألانني: «ماذا لو احتجنا إلى هذا المستند في المحكمة؟». في البداية، أحرزا تقدماً بسيطاً، ولكنهما في النهاية استطاعا رمي كل الأوراق تقريباً من دون أي مشاكل. وإذا استطاعا فعل ذلك، فهذا يعني أنك تستطيع أنت أيضاً القيام به.

كفالات الأدوات الكهربائية

سواء أكان جهاز تلفزيون أو كاميرا رقمية، تأتي كل الأدوات الكهربائية مع كفالة. إنها فئة المستندات الأكثر قياسية في أي منزل، تلك التي يحتفظ بها الجميع في مكان آمن. غير أن طريقة التنظيم ليست صحيحة في أغلب الأحيان.

في الإجمال، يحتفظ الأشخاص بكفالاتهم في ملفات شفافة أو ملفات متعددة الطبقات. والمميز في هذه الملفات هو إمكانية حفظ المستندات في أقسام منفصلة. لكن، هنا يكمن الفخ. فبما أنها مقسمة جيداً، يسهل التغاضي عن الأمور. لذا، يقوم معظم الأشخاص بحفظ الكفالات، وكذلك دليل التشغيل في الملف نفسه. فلنبدأ أولاً برمي أدلة التشغيل تلك. ألقِ نظرة سريعة عليها. هل استخدمتها يوماً؟ في الإجمال، ثمة عدد ضئيل جداً من الأدلة التي

نحتاج فعلاً إلى قراءتها، مثل دليل الكمبيوتر أو الكاميرا الرقمية، وتكون هذه الأدلة سميكة جداً، حيث لا يمكن وضعها في ملف على أية حال. وهكذا، إن كل الأدلة الموضوعة في ملف الكفالات يمكن رميها من دون أية صعوبة.

لغاية اليوم، تخلص كل زبائني من معظم أدلتهم، بما في ذلك أدلّة الكمبيوتر والكاميرا، ولم يواجه أي منهم أية مشكلة نتيجة لذلك. وإذا واجهوا مشكلة، فبإمكانهم إصلاحها بأنفسهم عادة؛ بمجرد العبث بالآلة قليلاً، كما يمكنهم إيجاد حلول لأي شيء يعجزون عن تدبر أمره وحدهم عبر الاستعانة بالانترنت أو محلّ الشراء. لذا، أضمن لك أنه يمكنك رميها كلها من دون الشعور بأي وخز ضمير.

بالعودة إلى الكفالات، إن طريقة التوضيب التي أوصي بها تقضي بوضعها كلها في ملف واحد شفاف، من دون فصلها إلى فئات. فالكفالات تستخدم فقط مرة واحدة في السنة؛ هذا إذا تم استعمالها. فما الجدوى إذاً من فرزها بعناية وفصلها فيما احتمالات الحاجة إليها منخفضة جداً. بالإضافة إلى ذلك، إذا وضبتها في ملفات، فستضطر إلى تقليب كل الصفحات لإيجاد الكفالة الصحيحة. وفي هذه الحالة، من الأسهل إبقاؤها كلها في ملف واحد، وإخراج الكدسة كلها، والتفتيش فيها.

إذا فرزت الأوراق بتفصيل كبير، فهذا يعني أن لديك احتمالات أقل للنظر إلى كل كفالة. وقبل أن تدرك الأمر، ستنتهي صلاحية الكفالة. لكنك إذا اضطررت إلى تقليبها كلها حين تحتاج إلى واحدة منها، فستصبح هذه فرصة ممتازة للتحقق من تواريخ انتهاء صلاحية

الكفالات الأخرى. وبهذه الطريقة، لن تواجه عناء التحقق عمداً من المحتويات لمجرد التأكد من تواريخ انتهاء الصلاحية. وفي أغلب الأحيان، لا تحتاج حتى إلى شراء ملف شفاف لتحفظ فيه الكفالات، لأنه يوجد أصلاً ملف واحد على الأقل في المنزل. وباعتمادك هذه الطريقة ستحتاج إلى مساحة تخزين تبلغ عشر المساحة التي تحتلها فيما لو اعتمدت الطرائق التقليدية.

بطاقات المعايدة

في اليابان، تسري عادة إرسال بطاقات المعايدة إلى الآخرين بمناسبة حلول السنة الجديدة. ويعني ذلك أن كل بطاقة أدّت الغرض منها لحظة انتهى المستلم من قراءتها. لذا، يمكنك رمي البطاقات بامتنان لأنها نقلت إليك أمنية المرسل. وإذا أردت الاحتفاظ بالبطاقات للتأكد من عنوان المرسل في السنة المقبلة، فاحتفظ فقط ببطاقات سنة واحدة، وتخلص من كل البطاقات التي تعود إلى عامين أو أكثر؛ باستثناء تلك التي تبعث الفرح في قلبك.

دفاتر الشيكات المستعملة

دفاتر الشيكات المستعملة هي هكذا فقط؛ مستعملة. ولن تنظر إليها مجدداً، وحتى لو فعلت، فلن يزيد ذلك مقدار المال في المصرف، ولذلك تخلص منها.

بيانات الدفع

الهدف من بيان الدفع هو إبلاغك بمقدار المال الذي دفعته هذا الشهر. وبعد التحقق من المحتوى، تنتهي فائدته.

الكومونو (أغراض متفرقة 1)

احتفظ فقط بالأشياء التي تحبها، وليس «فقط لأن...»

فتحتُ درجاً في بيت زبونة، فاكتشفتُ فيه علبة صغيرة غريبة تنتظر فتحها، وكأنها كتاب ساحر يعِد بقصة خرافية رائعة. لكنّني شخصياً لم أشعر بأي حماسة، فقد كنت أعرف بالضبط ما سأجده داخلها. فسأجد نقوداً معدنية، ودبابيس شعر، وممحاة، وأزراراً احتياطية، وقطعاً من سوار معدني تستخدم لتكبير السوار أو تصغيره، وبطاريات احتياطية، وبقايا أدوية، وحلى جالبة للحظ، وعلاقات مفاتيح، وتطول اللائحة... وأعرف مسبقاً ما ستكون عليه إجابة الزبونة إذا سألتها عن سبب وجود هذه الأشياء في تلك العلبة: «فقط لأن...»

تتم معاملة العديد من الأغراض في المنزل بالطريقة نفسها. إذ يتم وضعها وتخزينها وتكديسها «فقط لأن...»، من دون أن نفكر فيها كثيراً. أطلق على هذه الفئة اسم «كومونو» (*komono*)، وهي كلمة يابانية يعرّفها القاموس بأنها «أشياء صغيرة، أغراض متفرقة، «أكسسوارات»، هدايا أو أدوات صغيرة، أجزاء أو قطع صغيرة، شخص غير مهم، وجبة صغيرة». ولا عجب في ألا يعرف الأشخاص ما يجدر بهم فعله بالأشياء المنتمية إلى مثل هذه الفئة الغامضة والشاملة لكل شيء. لكن، بالرغم من ذلك، لقد حان الوقت لتوديع طريقة «فقط لأن...». فهذه الأغراض تؤدي دوراً مهماً في دعم أسلوب عيشك، وبالتالي تستحق أن يتم التعاطي معها بشكل مفصل، وفرزها جيداً.

على عكس الملابس أو الكتب، تشتمل هذه الفئة على مجموعة

واسـعة من الأغراض، وقد تبدو فكرة فرزها وتنظيمها مخيفة جداً. ولكن، إذا تعاطيت معها بالتسلسـل الصحيح، سـتكون هذه المهمة بسيطة جداً.

التسلسل الأساسي لفرز الأغراض المتفرقة هو التالي:

* الأقراص المدمجة وأقراص دي في دي
* مستحضرات العناية بالبشرة
* مستحضرات التجميل
* «الأكسسوارات»
* الأشياء القيّمة (جوازات السفر، بطاقات الاعتماد، إلخ...)
* المعـدات والأدوات الكهربائيـة (كاميـرات رقميـة، وصلات كهربائية، أي شيء «كهربائي»)
* الأغـراض المنزليـة (القرطاسـية وأدوات الكتابـة، لـوازم الخياطة، إلخ...)
* اللـوازم المنزليـة (الأدويـة، وأدوات التنظيـف، والمناديـل الورقية، إلخ...)
* أغراض المطبخ/ لوازم الطعام
* متفرقات أخرى

(إذا كان لديك العديد من الأغراض المرتبطة بهواية أو اهتمام معيـن، كمعـدات التزلـج مثـلاً، فاعتبرهـا فـي هذه الحـال فئة فرعية واحدة).

أوصي باعتماد هذا التسلسـل المحدد؛ لأنه من الأسـهل البدء بالأغـراض الشـخصية والمحتـوى المحـدد بوضـوح أولاً. إذا كنت تعيش وحدك، فلا داعي للقلق بشأن التسلسل طالما أنك تعالج فئة

فرعية واحدة في كل مرة. فالعديد من الأشخاص يعيشون محاطين بأشياء لا يحتاجون إليها «فقط لأن...». ألحّ عليك كي تراجع مخزونك من الأغراض المتفرقة، وتحتفظ فقط بالأشياء التي تبعث الفرح في نفسك.

تغيير صغير

اجعل شعارك «في محفظتي»

هل تملك بعض النقود المعدنية المتناثرة هنا وهناك؛ قطعة أو اثنتين في أسفل محفظتك، وأخرى في الجهة الخلفية من درجك أو على الطاولة؟ أجد دوماً نقوداً معدنية حين أساعد أي زبون على ترتيب منزله. النقود المعدنية هي ملكة فئة الأغراض المتفرقة، ويمكن العثور عليها في المدخل، والمطبخ، وغرفة الجلوس، والحمام، وعلى المفروشات، وداخل الأدراج. ورغم أن النقود المعدنية تعتبر مالاً نقدياً جيداً، إلّا أنه يتم التعاطي معها باحترام أقل من الأوراق النقدية. لذا، يبدو تركها في كل أرجاء المنزل حيث لا حاجة إلى استعمالها على الإطلاق أمراً غريباً.

حين يعثر زبائني على نقود معدنية متفرقة أثناء الترتيب، أحرص على وضعها فوراً في محفظة نقودهم، وليس في حصالة النقود. فعلى عكس الفئات الأخرى، لست بحاجة إلى جمع النقود المعدنية من كل أنحاء المنزل، وما عليك إلا وضعها في محفظة نقودك كلما صادفتها. أما إذا وضعتها في حصالة النقود، فأنت ببساطة تنقلها إلى مكان حيث سيتم تجاهلها. واللافت أن الأشخاص الذين عاشوا

في المنزل نفسه لوقت طويل معرضون خصوصاً لنسيان مخبئهم من النقود المعدنية. بصراحة، لم ألتقِ أي شخص احتفظ بالنقود المعدنية من دون هدف محدد وعاود استعمالها لاحقاً. فإذا كنت تحتفظ بالنقود المعدنية انطلاقاً من فكرة أنه من الجميل رؤية الكمية التي يمكنك جمعها، فسيكون الوقت قد حان الآن لإعادتها إلى المصرف. فكلما انتظرت لوقت أطول، أصبح حملك أكبر، وانزعجت أكثر في نقلها إلى المصرف.

لاحظُت أيضاً أنه ولسبب غير مفهوم، يبدأ العديد من زبائني بحفظ النقود المعدنية في أكياس حين تمتلئ حصالات النقود. وبعد سنوات عدة، أثناء تلقيهم دروسي، يصادفون كيساً مليئاً بالنقود المعدنية في الجهة الخلفية داخل الخزانة. لكن رائحة الصدأ والعفن تفوح الآن من الكيس، فيما تغير لون النقود المعدنية التي باتت تصدر صوت طقطقة بدلاً من ذاك الرنين الجميل. في هذه المرحلة، يفضل زبائني تجاهل وجود الكيس. قد تصعب كثيراً كتابة الوصف، لكن رؤية تلك النقود المعدنية وقد فقدت قيمتها كمال أمر محزن حقاً. لذا، أتوسل إليك لإنقاذ تلك النقود المعدنية المنسية والمبعثرة في منزلك باعتمادك شعار «في محفظتي».

اللافت أن هناك فرقاً ملحوظاً في طريقة تعاطي النساء والرجال مع النقود المعدنية المبعثرة. فالرجال يميلون إلى وضع النقود المعدنية في جيوبهم أو في مكان تسهل رؤيته، على المنضدة مثلاً. أما النساء فيملن أكثر إلى وضعها في صندوق أو كيس قبل حفظها داخل درج. يبدو التعاطي مع النقود المعدنية شبيهاً بالغريزة الرجولية التي تقضي بالاستعداد للهجوم استجابة للخطر، والغريزة

النسائية التي تقضي بحماية أغراض المنزل. والواقع أن هذه الفكرة جعلتني أتوقف وأفكر في غموض الحياة والحمض النووي فيما أمضي نهاراً آخر في مشاركة سحر التنظيف.

الكومونو (أغراض متفرقة 2)

الأغراض الصالحة للرمي- أشياء احتفظت بها «فقط لأن...»

ثمة عدد كبير من الأشياء الممكن وصفها فوراً بأنها صالحة للرمي من دون طرح السؤال: «هل يبعث هذا الفرح في نفسك؟». لقد أشرت سابقاً إلى أهمية التخلي عن تلك الأشياء التي تجد صعوبة في الانفصال عنها. وعند ترتيبك منزلك، من المهم أيضاً الانتباه إلى تلك الأشياء التي احتفظت بها «من دون سبب محدد». فمعظم الأشخاص لا يعون الفرق، وينتهي بهم الأمر باستنفاد مساحة كبيرة في منازلهم.

الهدايا

ثمة طبق تلقيته كهدية بمناسبة زفافك ولكنه لا يزال قابعاً في علبته فوق خزانة الخزفيات. وهناك علّاقة مفاتيح تلقيتها كتذكار من صديق، لكنها باتت الآن قابعة في درجك. وثمة علبة بخور ذات رائحة مميزة قدمها لها زملاؤك بمناسبة ذكرى ميلادك. ما الميزة المشتركة بين كل هذه الأغراض؟ إنها هدايا. فهناك شخص عزيز على قلبك خصّص وقتاً نفيساً لانتقائها وشرائها لك. إنها تعبير عن الحب والامتنان، ولا يمكنك رميها هكذا، أليس كذلك؟

لكن، دعنا نفكر في الأمر بروية أكبر. معظم هذه الأغراض

تبقى غير مفتوحة، أو يتم استعمالها مرة واحدة فقط. اعترف بالأمر. فهي ببساطة لا تناسب ذوقك. الهدف الحقيقي من الهدية هو أن يتم تلقيها. والهدايا ليست «أشياء»، وإنما هي وسيلة لعكس مشاعر الشخص. عند رؤية الهدايا من هذا المنظور، لا داعي للشعور بالذنب عند رميها. اشكرها فقط على الفرح الذي منحتك إياه عندما تلقيتها. من المثالي طبعاً أن تتمكن من استعمالها بفرح، ولكنْ لا شك في أن الشخص الذي قدمها لك لا يريد منك أن تستعملها بدافع الواجب، أو أن تضعها بعيداً من دون استعمالها، وحيث تشعر بالذنب كلما رأيتها. وحين ترميها، افعل ذلك إكراماً للذي قدمها أيضاً.

علب الهواتف الجوالة

العلب ضخمة جداً، لذا ارمِ العلبة التي كانت تحتوي على هاتفك فور فتحها. كما أنّك لستَ بحاجة أيضاً إلى الدليل أو القرص المدمج المتوافر مع الهاتف. فسوف تكتشف التطبيقات التي تحتاج إليها خلال استعماله. كل زبائني رموا هذه الأشياء، لكن أياً منهم لم يشعر بالانزعاج بسبب غيابها. إذا واجهت مشكلة، فبإمكانك دوماً طلب المساعدة من الموظف في المتجر، أي من حيث اشتريته. فالأسرع هو سؤال اختصاصي للحصول على جواب بدلاً من محاولة إيجاده بنفسك في الدليل.

حبال غير محددة الوظائف

إذا رأيت حبلاً وتساءلت عن طبيعته، فثمة احتمال كبير بأنك لن تستعمله مجدداً. فالحبال الغامضة تبقى دوماً هكذا؛ غامضة.

هل تخشى من إمكانية الحاجة إليها إذا تعطل شيء ما (مثل الحبل الذي يربط بين المقبس والقابس الكهربائي مثلاً)؟ لا تخف، فقد رأيت عدداً لا يحصى من المنازل، مع نسخ عدة من النوع نفسه من الحبل، لكن مجموعة الحبال تزيد من صعوبة إيجاد الحبل الصحيح. وفي النهاية، من الأسرع شراء حبل جديد. احتفظ فقط بالحبال التي تستطيع تحديد مهامها بوضوح، وتخلص ممّا تبقى. وعلى الأرجح، تحتوي مجموعتك على عدد من الحبال الخاصة بآلات معطلة رميتها قبل زمن طويل.

الأزرار الاحتياطية

لن تستعمل أبداً الأزرار الاحتياطية. ففي معظم الحالات، حين يقع زر ما، يكون هذا دليلاً على أن ذلك القميص قد تم ارتداؤه بما فيه الكفاية، وأنّه وقد وصل الآن إلى نهاية حياته. وبالنسبة إلى المعاطف والسترات التي تريد الاحتفاظ بها لوقت طويل، أوصيك بتثبيت الأزرار الاحتياطية على البطانة فور شرائها. أما بالنسبة إلى الملابس الأخرى، فإذا خسرت زراً وأردت استبداله فعلاً، فبإمكانك دوماً الحصول على ما تحتاج إليه من محل الأزرار. وحسب خبرتي، استنتجتُ أنه حين يقع زر، لا يزعج الناس أنفسهم غالباً في تركيب زر جديد؛ حتى لو احتفظوا بالأزرار الاحتياطية. وعوضاً عن ذلك، إما يستمرون في ارتداء قطعة الثياب من دون زر، أو يتركونها قابعة في مكان ما في خزانتهم. على أية حال، إذا لم تكن تنوي استعمال الأزرار الاحتياطية فلن يهمك رميها أبداً.

علب الأدوات الكهربائية

يحتفظ بعض الأشخاص بعلب الأدوات الكهربائية ظناً منهم أنهم يستطيعون الحصول على المزيد من المال إذا قرروا يوماً بيع تلك الأدوات. لكن هذه مضيعة للوقت. فإذا فكرت في الإيجار الذي تدفعه، ستجد أن تحويل مساحتك إلى مكان لتخزين العلب الفارغة يكلفك أكثر مما تستطيع جنيه من بيع الأدوات الكهربائية في علبها. كما أنك لن تحتاج إليها في حال انتقالك من منزل إلى آخر. فعندما يحين الوقت، يمكنك القلق بشأن إيجاد علب ملائمة. من المؤسف أن تسمح لعلبة مضجرة باحتلال مساحة في منزلك لمجرد أنك قد تحتاج إليها يوماً ما.

أجهزة التلفزيون والراديو المكسورة

أصادف غالباً أجهزة تلفزيون وراديو مكسورة في منازل زبائني. لا حاجة طبعاً إلى الاحتفاظ بها. وإذا كنت تملك أجهزة مكسورة أيضاً، اعتبرها بمثابة فرصة للاتصال بشركة إعادة التدوير المحلية والتخلص منها.

لوازم سرير الضيف الذي لا يأتي أبداً

فراش أو سرير مطوي، غطاء، وسادة، بطانية، ملاءات؛ إنها مجموعة لوازم سرير تحتل مساحة كبيرة. وهي أغراض أخرى يتم رميها خلال دروسي. ومجدداً، نادراً ما يشعر زبائني بالحاجة إليها. صحيح أنه من الجيد الاحتفاظ بلوازم سرير إضافية إذا كان لديك ضيوف يحضرون بانتظام وهناك غرفة مخصصة لهم، ولكن تلك

اللوازم غير ضرورية إذا كنت تستقبل الزوار لليلة واحدة فقط مرة أو مرتين في السنة. وإذا احتجتَ فعلاً إلى لوازم سرير لاحقاً، فبإمكانك استئجارها؛ وهذا خيار بديل أوصي به بشدة. فلوازم السرير المحفوظة دوماً في الخزانة تصبح رائحتها بشعة جداً؛ لدرجة أنك لن ترغب في أن يستعملها ضيوفك على أية حال. هيّا، شمّها ولاحظ بنفسك.

عينات مستحضرات التجميل المحتفظ بها للرحلات

هل تملك مجموعة من عينات مستحضرات التجميل التي بقيت لعام أو أكثر من دون استعمال؟ يحتفظ العديد من الأشخاص بمثل هذه العينات لاستعمالها في الرحلات، لكن يبدو أنهم لا يأخذونها معهم أبداً حين يسافرون. اتصلتُ بعدة صانعين للاستفسار منهم عن صلاحية هذه المستحضرات، واختلفت الأجوبة. فقد قال البعض إنها تبقى صالحة لبضعة أسابيع، فيما قال البعض الآخر إنها تصلح لسنة كاملة. عندما تكون الكمية صغيرة جداً- كما هي الحال في العينات- تتدهور النوعية بسرعة أكبر. ومن الخطر طبعاً استعمال مستحضرات تجميل منتهية الصلاحية، خصوصاً حين يفترض أن تستمتع بأسفارك.

مستحضرات من أحدث الصيحات الصحية

أحزمة منحفة، قناني زجاجية لإعداد زيوت للعلاج العطري، عصّارة خاصة، آلة لخفض الوزن تحاكي الحركة لدى امتطاء الخيل... يبدو من المؤسف رمي مثل هذه الأغراض الباهظة التي اشتريتها عبر البريد ولكنك لم تستعملها مطلقاً. أفهمك جيداً، صدقني. لكن،

يمكنك التخلي عنها. فالابتهاج الذي شعرت به عندما اشتريتها هو الأساس. عبّر عن تقديرك لها لإسهامها في حياتك بالقول لها: «شكراً على الطاقة التي منحتها لي عندما اشتريتك»، أو «شكراً على مساعدتي في استرداد بعض لياقتي». ثم تخلص منها وأنت مقتنع تماماً بأنك أكثر صحة لأنك اشتريتها.

الهدايا المجانية

فوطة تنظيف شاشة الهاتف الخلوي التي جاءت مع قنينة العصير، أو القلم الذي حفر عليه اسم مدرستك، أو المروحة التي حصلت عليها أثناء حضورك حدثاً معيناً، أو اللصيقة التي جاءت مع المشروب الغازي، أو مجموعة الأكواب البلاستيكية التي فزت بها في مباراة، أو النظارة التي تحمل شعار شركة المشروبات، أو الأوراق اللاصقة المدموغة باسم الشركة الصيدلانية، أو الملف المشتمل على خمس قطع فقط من الأوراق الماصة، أو الروزنامة الترويجية (التي لا تزال في علبتها)، أو روزنامة الجيب (غير المستعملة رغم مرور ستة أشهر من السنة). لن ينجح أي من هذه الأغراض في منحك المتعة.

ارمِها بعيداً من دون الإحساس بوخز الضمير.

الأغراض العاطفية

منزل أهلك ليس ملاذاً لتذكاراتك

بعد أن نظّمت ملابسك، وكتبك، وأوراقك، وأغراضك المتفرقة (كومونو)، يمكنك أخيراً معالجة الفئة الأخيرة؛ أي الأغراض ذات

القيمة العاطفية. اترك هذه الفئة حتى النهاية؛ لأن هذه الأشياء هي التي يصعب التخلص منها أكثر من سواها. ومثلما يُقال، إن التذكار هو تذكير بوقت منحنا فيه غرض معيّن فرحة معينة. لذا، إن فكرة رمي تلك الأغراض تبعث فينا الخوف من خسارة ذكريات غالية معها. لكن، لا داعي للقلق. فالذكريات النفيسة فعلاً لن تختفي أبداً حتى لو رميت الأشياء المرتبطة بها. وحين تفكر في مستقبلك، هل يجدي نفعاً الاحتفاظ بالتذكارات التي كدت تنساها؟ نحن نعيش في الحاضر، ومهما كانت الأشياء رائعة، لا يمكننا العيش في الماضي. فالفرح والإثارة اللذان نشعر بهما الآن وهنا أكثر أهمية. لذا، مجدداً، إن السبيل لتحديد ما يجب الاحتفاظ به هو الإمساك بكل غرض على حدة وسؤالك نفسك: «هل يشعرني هذا بالفرح؟».

دعني أخبرك عن زبونة سأسميها «أ». إنها أم لولدين، وهي في الثلاثين من عمرها، ومسؤولة عن منزل فيه خمسة أشخاص. عندما زرتُ منزلها في جلستنا الثانية، بدا جلياً أن عدد الأشياء في منزلها قد تضاءل. قلت لها: «لقد عملتِ بكدّ فعلاً، إذ يبدو لي وكأنك قد تخلّصت من نحو 30 كيساً».

بدت مسرورة جداً وقالت: «نعم، صحيح! فقد أرسلتُ كل تذكاراتي إلى منزل أمي». لم أصدّق ما سمعته أذناي؛ فقد اعتمدت طريقة الترتيب القائمة على «الإرسال إلى أهلي». حين بدأت عملي هذا، ظننتُ أن القدرة على إرسال الأغراض إلى «منزل الأهل» ميزة الأشخاص الآتين من منازل كبيرة في البلاد. فالعديد من زبائني نساء عازبات أو أمهات شابات يعشن في طوكيو. وإذا طلبن الإذن لإرسال الأغراض إلى منازل أهلهن، كنت أقول: «طبعاً، شرط فعل

ذلك على الفور». لم أفكر قط في سلبية ذلك إلى أن صار من بين زبائني أشخاص يقيمون في منازل في بلدات ريفية. وعندما عرفتُ الوضع الحقيقي في منازل الأهل، أجبرتُ على سحب كلماتي الفظة.

وأنا أدرك الآن أن الأشخاص الذين يملكون مكاناً لإرسال الأغراض إليه- مثل منزل الأهل- هم في الواقع غير محظوظين. فحتى لو كان المنزل كبيراً وذا غرف عدة، فإنه لن يتوسع إلى ما لا نهاية. والأشخاص لن يستعيدوا أبداً الصناديق التي يرسلونها «إلى منزل الأهل». فبعد إرسالها، لن يتم فتحها أبداً مجدداً.

لكن، دعني أعود إلى روايتي. في وقت لاحق، بدأت والدة «أ» بتلقي دروسي، وعرفتُ أنّني إذا أرادت لـِ «أ» النجاح في دروسي، فعلينا فعل شيء في ما يتعلق بالأغراض التي أرسلتها إلى منزل أهلها. عندما زرتُ المنزل، وجدت أن غرفة «أ» بقيت على حالها. فأغراضها ملأت المكتبة والخزانة، وهناك الآن صندوقان كبيران على الأرض. كان حلم أمها أن تملك مساحة خاصة بها حيث تستطيع الاسترخاء، لكن رغم مغادرة «أ» للمنزل قبل زمن بعيد، لا تزال أغراضها تملأ غرفتها، حيث شعرت أمها أن المساحة الوحيدة التي بقيت لديها هي المطبخ.

إلّا أنّ هذا غير طبيعي البتة. لذا، اتصلت بـ «أ» وقلتُ لها: «لن تنجحي أنتِ وأمك في دروسي إلّا إذا عالجتما كلتاكما مسألة الأغراض التي تركتها في منزل أهلك».

يوم لقائنا الأخير، بدت «أ» سعيدة جداً. «أستطيع الآن الاستمتاع ببقية حياتي وأنا حرّة من الرعاية!». وكانت قد عادت إلى منزل أهلها ورتبت أغراضها. عثرت في الصناديق على دفتر مذكرات، وصور

فوتوغرافية لأصدقاء قدامى، وكومة من الرسائل والبطاقات... «كنت أضحك على نفسي بإرسال الأشياء التي لا أستطيع التخلي عنها إلى منزل أهلي. ولكنّني عندما نظرتُ إلى كل غرض مجدداً، أدركت أنّني عشتُ تلك الأوقات جيداً، واستطعت شكر تذكاراتي على الفرح الذي منحتني إياه في ذلك الوقت. وعندما رميتها، شعرتُ أنّني أواجه ماضيّ لأول مرة في حياتي».

هذا صحيح. فعند معالجة كل غرض عاطفي وتحديد ما يجب رميه، أنت تعالج ماضيك. لكنّك إذا وضعت هذه الأشياء في درج أو علبة كرتونية، فسوف يصبح ماضيك عبئاً يقيّدك ويمنعك من عيش الحاضر؛ من دون أن تدرك ذلك فعلياً. فترتيبك أغراضك يعني ترتيبك ماضيك أيضاً. الأمر أشبه بإعادة ضبط حياتك، وتسوية حساباتك كي تتمكن من التقدم خطوة إضافية.

الصور الفوتوغرافية

دلّل نفسك الآن

الصور الفوتوغرافية هي الأغراض الأخيرة ضمن فئة الأغراض العاطفية. لا شك في أنّني أملك سبباً وجيهاً لترك الصور الفوتوغرافية حتى النهاية. فإذا فرزت الأغراض ورميت تلك التي لا تشعرك بالفرح بالتسلسل الذي أوصيتك به، فثمة احتمال كبير في أنك قد صادفت صوراً فوتوغرافية في العديد من الأماكن المختلفة، عالقة ربما بين كتب على رف، أو مرتاحة في درج مكتب، أو مخبأة في علبة مشتملة على أغراض متنوعة. صحيح أن العديد من الصور

موجـودة أصـلاً فـي ألبومـات، لكنّني واثقة من أنـك وجدت صورة أو صورتين ضمن رسـالة، أو في المغلف الذي اسـتلمته من محلّ تظهير الصور. (لا أعرف السـبب الذي يدفع العديد من الأشـخاص إلى ترك صور في هذه المغلفات!). وبما أن الصور تميل إلى الظهور في أماكن غير متوقعة فيما نقوم بفرز فئات أخرى، لذا من الأفضل وضعهـا فـي مـكان محدد كلما عثرت على واحدة، ومن ثم التعاطي معها دفعة واحدة في النهاية.

ثمة سبب آخر يجعلني أترك الصور الفوتوغرافية حتى النهاية. فإذا باشرت في فرز الصور قبل صقل حسك الحدسي في ما يجلب لك الفرح، فسوف تخرج كل العملية عن السيطرة ثم ستتوقف. وفي المقابل، إذا اتبعت التسلسل الصحيح في الترتيب (أي الملابس، ثم الكتب، ثم الأوراق، فالأغراض المتفرقة (كومونو)، وأخيراً الأغراض العاطفية)، فسيتم الفرز بطريقة رائعة، وسـوف تذهل بقدرتك على الاختيار استناداً إلى ما يمنحك المتعة.

ثمـة طريقـة واحـدة فقـط لفـرز الصـور، ويجدر بـك تذكر أن المسألة تستغرق بعض الوقت. والطريقة الصحيحة تقضي بإزالة كل الصور من ألبوماتها، والنظر إليها الواحدة تلو الأخرى. والأشخاص الذين يقولون إن هذه العملية تتطلب الكثير من العمل هم في الواقع أشخاص لم يفرزوا صوراً مطلقاً. فالصور موجودة فقط لتظهر حدثاً أو وقتاً محدداً. ولهذا السبب، يجب النظر إليها الواحدة تلو الأخرى. وحين تفعل ذلك، سوف تتفاجأ من كيفية تمكنك بوضوح من التمييز بيـن الصـور التـي تلامس قلبك وتلك التي لا تفعل ذلك. وكما هي الحال دوماً، احتفظ فقط بتلك التي تمنحك الفرح.

وبهذه الطريقة، سوف تحتفظ فقط بنحو 5 صور من رحلة مميزة، لكن هذه الصور ستكون ممثلة جداً لذلك الوقت؛ حيث تعيد لك الذكريات بطريقة حية. الأشياء المهمة فعلاً ليس عددها كبيراً. أما الصور التي لا تبعث فيك الحماسة والتي لا يمكنك عرضها فهي تنتمي إلى سلة النفايات. نعم، فمعنى الصورة يكمن في الحماسة والفرح اللذين تشعر بهما عند التقاط الصور. وفي العديد من الحالات، تكون الصور التي تم طبعها لاحقاً قد فقدت غرضها.

في بعض الأحيان، يحتفظ الأشخاص بكميات كبيرة من الصور في علبة كبيرة بنية الاستمتاع بها يوماً ما. وأنا أؤكد لك الآن أن «يوماً ما» لن يأتي أبداً. لا أستطيع ذكر عدد علب الصور الفوتوغرافية غير المفرزة التي بقيت بعد وفاة شخص ما. والمحادثة النموذجية مع زبائني تكون عادة على الشكل التالي:

«ماذا يوجد في هذه العلبة؟».

«صور فوتوغرافية».

«إذاً، يمكنك تركها لفرزها في النهاية».

«أوه، لكنها ليست لي. كانت لجدي».

أشعر بالحزن كلما أجريت مثل هذه المحادثة. ولا أكف عن التفكير في أن حياة أولئك الذين ماتوا كان من الممكن أن تكون أغنى بكثير لو أن المساحة التي شغلتها هذه العلبة كانت حرة عندما كان الشخص على قيد الحياة. بالإضافة إلى ذلك، لا يجدر بنا فرز الصور حين نصل إلى عمر متقدم. فإذا كنتَ أيضاً تترك هذه المهمة حتى تتقدم في السن، فلا تنتظر. افعل ذلك الآن، وسوف تستمتع

بالصور أكثر حين تتقدم في السن إذا كانت في ألبوم، بدل اضطرارك إلى نقلها وفرزها كلها.

ثمة غرض آخر يصعب رميه، مثل الصور الفوتوغرافية، وهو تذكارات أحد الأولاد. كهدية تلقيتها بمناسبة يوم الأب مع عبارة «شكراً بابا»، أو صورة رسمها ابنك واختارها الأستاذ لتعليقها في قاعة المدرسة، أو زخرفة أعدَّتها ابنتك شخصياً. إذا كانت هذه الأشياء لا تزال تبعث الفرح في قلبك، فلا بأس في الاحتفاظ بها. لكن، إذا كبر أولادك، وأنت تحتفظ بها لمجرد اعتقادك أن رميها سيؤذي مشاعر أولادك، فاسألهم. وثمة احتمال كبير بأن يقولوا: «ماذا؟! أما زلت تحتفظ بهذا؟! هيا تخلص منها فوراً».

وماذا عن الأشياء التي تعود إلى طفولتك؟ هل ما زلت تحتفظ بعلاماتك المدرسية أو شهادات الامتحانات؟ حين أخرجت زبونتي بذلة المدرسة التي تعود إلى 40 عاماً، انقبض قلبي نتيجة التأثر. لكن، رغم ذلك يجب رميها. تخلص من كل الرسائل التي تلقيتها قبل أعوام عدة من صديق أو صديقة. فالهدف من الرسالة قد أنجز لحظة استلمتها. واليوم، لا شك في أن الشخص الذي كتب الرسالة قد نسي منذ زمن بعيد ما كتبه، أو نسي ربما وجود الرسالة أصلاً. وبالنسبة إلى «الأكسسوارات» التي تلقيتها بمثابة هدايا، احتفظ بها فقط إذا كانت تمنحك الفرح الحقيقي. لكن، إذا كنت تحتفظ بها لمجرد أنك لا تستطيع نسيان حبيب سابق، فمن الأفضل التخلص منها؛ لأن التشبث بها يزيد من احتمال تفويتك فرص إقامة علاقات جديدة.

لا يجدر بنا تعظيم الذكريات، وإنما الأشخاص الذين أصبحنا

عليهم بسبب تجاربنا السابقة.

هذا هو الدرس الذي تعطينا إياه التذكارات عندما نفرزها. فالمساحة التي نعيش فيها يجب أن تكون للشخص الذي أصبحنا عليه الآن، وليس للشخص الذي كنا عليه في الماضي.

تخزينات احتياطية مذهلة رأيتها

ثمة مفاجأتان أصادفهما غالباً أثناء مساعدتي زبائني على ترتيب منازلهم: أغراض غير اعتيادية، وأرقام خيالية أصادفها للمرة الأولى. قد يكون ذلك الغرض «ميكروفون» استعمله مغنٍّ، أو أحدث معدات طبخ يملكها شخص يحب الطبخ. يوفر لي كل يوم لقاءات جديدة مع المجهول، وهذا طبيعي جداً لأن اهتمامات زبائني ومهنهم تختلف كثيراً.

إلا أن الصدمة الحقيقية هي عندما أكتشف مخزوناً احتياطياً هائلاً لشيء بسيط يمكن إيجاده في أي منزل. فيما نعمل، أدوّن دوماً الحجم التقريبي لمختلف الأغراض التي يملكها زبائني، وأنتبه خصوصاً إلى الأرقام؛ إذ يتم دوماً تسجيل أرقام قياسية جديدة. ذات مرة، اكتشفت مثلاً مجموعة هائلة من فراشي الأسنان في منزل أحد الزبائن. كان الرقم القياسي لغاية ذلك اليوم 35 فرشاة أسنان. بدا ذلك الرقم كبيراً جداً، وقلت: «أنت تملك ربما من الفراشي أكثر مما تحتاج إليه». وضحكنا قليلاً معاً. لكن الرقم القياسي الجديد تخطى القديم بأشواط.. فلدي زبونة تملك 60 فرشاة أسنان! موضبة في علب داخل الخزانة تحت المغسلة، فبدت وكأنها عمل فني. من المثير فعلاً كيف يحاول العقل البشري توليد المنطق من اللا منطق.

وجدتُ نفسي أتساءل عمّا إذا كانت الزبونة تستعمل فرشاة واحدة كل يوم، أو تنظف أسنانها بقوة كبيرة، أو تستعمل ربما فرشاة مختلفة لكل سن.

وثمة مفاجأة أخرى تمثلت في وجود 30 صندوقاً من ورق النايلون اللاصق. فحين فتحتُ الخزانة فوق المجلى وجدتها مليئة بالكامل بمجموعة شبيهة بكتل «ليغو» صفراء وكبيرة. قالت زبونتي: «أستخدم النايلون اللاصق كل يوم، ولذلك ينفد بسرعة». لكن، حتى لو كانت تستخدم صندوقاً واحداً في الأسبوع، فإن هذا المخزون سيكفيها لأكثر من نصف عام. فالنايلون اللاصق بالحجم العادي يتوافر بلفافات من 20 متراً. ولاستعمال لفافة واحدة في الأسبوع، عليك تغطية طبق قطره 20 سم 66 مرة، مع بعض الفائض الإضافي. إلا أن فكرة تكرار عملية شدّ لفافة النايلون اللاصق وتمزيقها هذا الكمّ من المرات يسبّب لي تناذر العظم الرسغي.

بالنسبة إلى مناديل الحمام الورقية، فإن الرقم القياسي لغاية اليوم هو 80 لفافة. وكان عذر الزبونة: «أعاني من الإسهال... وأستنفد المناديل الورقية بسرعة». لكن، حتى لو استعملت لفافة كاملة كل يوم، فإنها تملك مخزوناً لثلاثة أشهر على الأقل. لست واثقة من أنها تستطيع استنفاد لفافة محارم كاملة كل يوم؛ حتى لو أمضت النهار كله وهي تمسح مؤخرتها، وفي هذه الحالة، لا شك في أن مؤخرتها ستتحسس. وهذا ما جعلني أتساءل عما إذا كان يجدر بي منحها كريماً للبشرة بدلاً من الدروس في الترتيب.

إلا أن الذروة كانت في مخزون مؤلف من 20 ألف عود قطني لتنظيف الآذان، على شكل 100 علبة في كل منها 200 عود. إذا

استخدمت زبونتي عوداً قطنياً واحداً في اليوم، فستحتاج إلى 55 عاماً لاستخدام مخزونها. وعندما تنتهي، ستكون قد طوّرت على الأرجح تقنيات مذهلة في تنظيف أذنيها. وآخر عود قطني مستخدم في آخر يوم سيبدو خائفاً تقريباً.

قد تجد صعوبة في تصديق هذه الأرقام، لكنّني لا أمزح. والغريب أن أياً من زبائني لم يدرك عدد الأغراض التي لديه إلا حين بدأ بترتيب منزله. ورغم امتلاكهم هذا المخزون الكبير، فقد شعروا دوماً أنهم لا يملكون ما يكفي، وكانوا قلقين من نفاد المخزون. بالنسبة إلى الأشخاص الذين يحبون التخزين بكميات، لا أعتقد أن هناك مقداراً معيناً يجعلهم يشعرون بالأمان. فكلما امتلكوا أكثر، قلقوا أكثر بشأن نفاد الكمية، وأصبحوا قلقين أكثر. ورغم بقاء صندوقين على الأقل لديهم، سيذهبون لشراء 5 صناديق إضافية.

لكن، على عكس المتجر، إذ نفد شيء من المنزل فليست المشكلة كبيرة. قد يسبب لك الأمر توتراً مؤقتاً، ولكنه ليس ضرراً غير قابل للإصلاح. لكن، كيف يجدر بنا التعاطي مع هذه الكومات؟ صحيح أن أفضل حلّ هو استعمال كل الأغراض، ولكنها تكون منتهية الصلاحية في أغلب الأحيان ويجب رميها. لذا، أوصي بشدّة بالتخلص من فائض المخزون كله دفعة واحدة. وزِّعه على الأصدقاء الذين يحتاجون إليه، أو هبه، أو خذه إلى محطة لإعادة التدوير. قد تظن أن هذا تبديد للمال، لكنّ خفض المخزون وإراحتك نفسك من عبء الفائض هما أسرع وأفضل طريقة لترتيب أغراضك.

بعدما تختبر حرية الحياة الخالية من فائض المخزون، لن ترغب في التخلي عنها، وستتوقف عن التخزين بشكل تلقائي. يقول

لـي زبائنـي إن حياتهـم الآن باتت أكثر متعة؛ فحين ينفد منهم شـيء ما، يستمتعون باختبار كم يستطيعون الصمود من دونه، أو يحاولون اسـتبداله بأشـياء أخـرى. مـن المهم تقييم ما تملكـه الآن والتخلص من الفائض.

التخفيف إلى أن تشعر بشيء في قلبك

افرز الأشـياء وفق الفئة، وحسـب التسلسـل الصحيح، واحتفظ فقط بتلك التي تبعث في نفسـك الشـعور بالفرح. افعل ذلك بشـكل شـامل وسـريع؛ كل شـيء دفعة واحدة. وإذا اتبعت هذه النصيحة، فسـوف تخفـض كثيـراً حجم الأشـياء التي تمتلكها، وستشـعر بفرح عظيم لم تختبره من قبل، وستكتسب ثقة في حياتك.

مـا هـو المقـدار المثالـي مـن الممتلـكات؟ أعتقـد أن معظـم الأشـخاص لا يعرفون الإجابة. إذا عشـت في اليابان طوال حياتك، فلا شك في أنك محاط بأشياء أكثر مما تحتاج إليه، وهذا ما يجعل العديـد مـن الأشـخاص يواجهـون صعوبـة في تخيل المقـدار الذي يحتاجـون إليـه للعيش بارتياح. لكن، عندما تخفض مقتنياتك بفضل الترتيـب، فسـوف تصـل إلى مرحلـة تدرك فيها فجأة أن هذا المقدار مثالـي لـك، وسـوف تشـعر بوضـوح تام؛ كما لو أن شـيئاً ما طقطق داخـل قلبـك وقـال: «أوه، هذا هو المقدار الـذي أحتاج إليه للعيش بارتيـاح. هـذا كل مـا أحتـاج إليه لأكون سـعيداً. وأنـا لا أحتاج إلى أي شـيء إضافـي». فالرضـى الـذي يطغى علـى كل كيانك في هذه المرحلة يكون محسوسـاً. أسـمي ذلك «النقرة الصحيحة». واللافت أنه بعد تجاوز هذه المرحلة، ستلاحظ أن مقدار الأشياء التي تملكها

لن يزداد أبداً.

هذا هو بالضبط سبب عدم عودتك إلى الفوضى مجدداً.

إلا أن النقرة الصحيحة تختلف بين شخص وآخر. فبالنسبة إلى شخص يحب الأحذية، قد تكون 100 زوج من الأحذية، فيما عاشق الكتب لا يحتاج إلى أي شيء سوى الكتب. وبعض الأشخاص، مثلي، يملكون ملابس للمنزل أكثر مما يملكون من ملابس الخروج.

فيما أنت ترتب منزلك وتخفض كمية مقتنياتك، سوف تعرف قيمك الحقيقية، وما هو مهم فعلاً في حياتك. لكن، لا تركز على التخفيض أو على طرائق التخزين الفعالة، بل ركز بدلاً من ذلك على اختيار الأشياء التي تبعث الفرح في نفسك، وعلى الاستمتاع بالحياة وفق معاييرك الخاصة. هذه هي المتعة الحقيقية للترتيب. وإذا لم تشعر بعد بتلك النقرة فلا تقلق، إذ يمكنك الاستمرار في التخفيض. أنجز هذه المهمة بثقة تامة.

اتّبع حدسك وسيكون كل شيء على ما يرام

«اختر تلك الأشياء التي تشعرك بالفرح حين تلمسها».

«علّق تلك الملابس التي تبدو أفضل حالاً على العلّاقات».

«لا تقلق بشأن رمي الكثير. ستأتي لحظة تعرف فيها أنك وصلت إلى المقدار الصحيح».

إذا قرأت هذه العبارات لغاية الآن، فستكون قد لاحظت على الأرجح أن مشاعرك هي المعيار لاتخاذ القرارات في طريقتي. قد يحتار العديد من الأشخاص بسبب معايير غامضة، مثل «الأشياء التي تبعث فيك الحماسة والمتعة» أو «النقرة». فأغلبية الطرائق تعطي

أهدافاً رقمية محددة بوضوح، مثل «ارمِ كل الأشياء التي لم تستعملها منذ عامين»، أو «سبع سترات وعشرة قمصان هو المقدار المثالي»، أو «ارمِ شيئاً واحداً كلما اشتريت شيئاً جديداً». لكنّني أعتقد أن هذا أحد الأسباب التي تجعل تلك الطرائق تخفق، حيث تعود إلى الفوضى.

حتى لو أفضت تلك الطرائق إلى مساحة مرتبة مؤقتاً، فإن اتباع المعايير التي يقترحها آخرون استناداً إلى «معرفتهم» الشخصية لن يعطي نتيجة طويلة الأمد. إلّا إذا تطابقت معاييرهم مع معاييرك الخاصة من ناحية ما هو ملائم. فأنت وحدك تستطيع معرفة نوع البيئة التي تجعلك سعيداً. ففنّ انتقاء الأشياء واختيارها أمر شخصي جداً. ولتفادي العودة إلى الفوضى، عليك ابتكار طريقتك الخاصة في الترتيب وفق معاييرك الخاصة. لهذا السبب تحديداً تبرز أهمية إحساسك حيال كل غرض تملكه.

وحقيقة امتلاكك كمية فائضة من الأشياء التي لا تستطيع إقناع نفسك بالتخلص منها لا تعني أنك تعتني بها جيداً. فالحقيقة هي العكس تماماً. عند تخفيض الكمية، يمكنك الاهتمام بالأشياء كما يجب؛ إذ تعيد إحياء علاقتك مع أغراضك. وإذا رميتَ شيئاً ما، فهذا لا يعني أنك تخليت عن تجارب ماضية أو عن هويتك. وخلال عملية انتقاء الأشياء التي تبعث فيك الفرح، يمكنك أن تحدد بالضبط ما تحبه وما تحتاج إليه.

عندما نواجه الأشياء التي نملكها بصدق، فإنها تولّد العديد من المشاعر فينا؛ تلك المشاعر حقيقية. وهذه العواطف هي التي تمنحنا الطاقة للعيش. صدّق ما يقوله لك قلبك حين تسأل: «هل

يشعرني هذا بالفرح؟». وإذا ارتكزتَ على هذا الحدس، سوف تذهل لدى اكتشافك أن الأشياء ستبدأ بالترابط في حياتك، كما ستذهل بالتغيرات الجذرية التي ستلي ذلك؛ إذ سيبدو الأمر كما لو أن لمسة سحرية قد أصابت حياتك. ترتيبك منزلك هو السحر الذي يفضي إلى حياة نابضة وسعيدة.

الفصل الرابع

تخزين الأغراض لحياة ممتعة

تعيين مكان لكل غرض

هذا هو الروتين الذي أتبعه كل يوم حين أعود من العمل. أولاً، أفتح الباب وأقول لمنزلي: «لقد عدت إلى المنزل!»، ثم أرفع الحذاء الذي انتعلته البارحة وتركته في الردهة، وأقول: «شكراً لك كثيراً على عملك الشاق»، ثم أضعه في خزانة الأحذية، وأخلع بعدها الحذاء الذي أنتعله وأضعه بترتيب في الردهة. بعد ذلك أتوجه إلى المطبخ، وأضع الإبريق على النار ثم أذهب إلى غرفتي. وهناك، أضع حقيبتي برفق على السجادة الناعمة المصنوعة من صوف الغنم، وأخلع ملابسي المخصصة للخروج، ثم أعلّق سترتي وفستاني على علّاقة الثياب، وأقول: «أحسنت!»، ثم أضعهما مؤقتاً على مقبض الخزانة. أضع جوربي في سلة الغسيل الموجودة في الزاوية السفلية اليمنى داخل خزانتي، وأفتح درجاً، وأنتقي الملابس التي أحب ارتداءها داخل المنزل وأرتديها. ألقي التحية على النبتة العالية المزروعة في أصيص قرب النافذة، وأربّت على أوراقها.

مهمتي التالية تقضي بإفراغ محتويات حقيبتي على السجادة، ووضع كل غرض في مكانه. أخرج أولاً كل الإيصالات، ثم أضع محفظة نقودي في العلبة المخصصة لها في درج تحت سريري، مع الشعور بالتقدير والامتنان. وبعد ذلك، أضع تذكرة القطار وحاملة بطاقاتي المهنية قربها، ثم أضع ساعتي في علبة وردية عتيقة في الدرج نفسه، وأضع قلادتي وقرطَي الأذنين في صينية

«الأكسسوارات» قربها. وقبل إغلاق الدرج، أقول: «شكراً على كل ما فعلته لي اليوم».

بعد ذلك، أعود إلى الردهة، وأرتب الكتب والدفاتر التي حملتها معي طوال اليوم (فقد حوّلت رفاً في خزانة الأحذية إلى رف للكتب). ومن الرف تحته، أخرج «حقيبة الإيصالات» وأضع إيصالاتي فيها. ثم أضع الكاميرا الرقمية التي أستعملها في العمل في المساحة قربها، المخصصة مبدئياً للأدوات الكهربائية. أما الأوراق التي انتهيت منها فتذهب إلى علبة إعادة التدوير تحت المجلى. وفي المطبخ، أحضّر إبريق الشاي فيما أتحقق من البريد، وأرمي الرسائل التي انتهيت منها.

أعود إلى غرفة نومي، وأضع حقيبتي الفارغة في كيس، ومن ثم على الرف العلوي في الخزانة، وأقول: «أبليتِ حسناً. ارتاحي جيداً». ومنذ لحظة دخولي عبر الباب إلى لحظة إغلاقي باب الخزانة، تمرّ خمس دقائق فقط. وعندها يصبح بإمكاني العودة إلى المطبخ لأسكب لنفسي كوب شاي وأسترخي.

لم أسرد لك هذه الأمور للتبجح بأسلوب عيشي الجميل، وإنما لأظهر لك ما يعنيه وجود مكان محدد لكل شيء. فإبقاء منزلك مرتباً يصبح أمراً بدهياً بالنسبة إليك يمكنك فعله من دون أي جهد؛ حتى لو عدتَ من العمل إلى المنزل متعباً، لا بل إن هذا يمنحك المزيد من الوقت للاستمتاع بالحياة فعلاً.

الجدوى من تعيين أماكن محددة لحفظ الأشياء فيها هي تعيين بقعة لكل شيء. قد تقول لنفسك «سأحتاج إلى دهر لفعل ذلك»، لكن لا داعي للقلق. صحيح أن فكرة تحديد مكان لكل غرض قد

تبدو معقدة، لكنها أكثر بساطة من تحديد ما يجب الاحتفاظ به وما يجب رميه. وبما أنك قررت سابقاً ما تريد الاحتفاظ به استناداً إلى نوع الغرض، وبما أن تلك الأغراض كلها تنتمي إلى الفئة نفسها، فكل ما عليك فعله هو تخزينها قرب بعضها بعضاً.

والسبب وراء ضرورة امتلاك كل غرض مكاناً محدداً هو أن وجود غرض من دون مأوى يضاعف احتمالات عودة الفوضى إلى مكانك مجدداً. لنقل مثلاً إنك تملك رفاً فارغاً. ماذا سيحصل إذا ترك أحدهم شيئاً لا يملك مكاناً محدداً على ذلك الرف؟ سيصبح ذلك الغرض سبباً للفوضى عندك. وخلال وقت قصير، ستصبح تلك المساحة التي حافظت على نوع من الترتيب مغطاة بالأغراض، كما لو أن أحداً ما صرخ: «هيّا تجمعي معاً!».

أنت بحاجة فقط إلى تعيين مكان لكل غرض مرة واحدة. جرّب الأمر وسوف تذهل بالنتائج، ولن تشتري بعد ذلك أكثر مما تحتاج إليه. لن تستمر بعدها الأشياء التي تملكها بالتراكم. وفي الواقع، سيتضاءل مخزونك. فأساس التخزين الفعال هو التالي: تعيين موقع محدد لكل غرض تملكه. وإذا تجاهلتَ هذا المبدأ الأساسي وباشرت في اختبار المجموعة الكبيرة من أفكار التخزين التي يتم الترويج لها، فسوف تندم. فتلك «الحلول» في التخزين مجرد وسيلة لدفن المقتنيات التي لا تشعر بالفرح.

أحد الأسباب الرئيسة لعودة الفوضى هو الإخفاق في تعيين مكان لكل غرض. فمن دون وجود مكان محدد، أين ستضع الأشياء عندما تنتهي من استعمالها؟ لكنك حين تختار مكاناً لأغراضك، فبإمكانك إبقاء منزلك مرتباً. لذا، اختر مواقع لأغراضك، وعندما

تنتهي من استعمالها، ضعها في الأماكن التي اخترتها لها.

هذا هو الشرط الأساسي للتخزين.

الرمي أولاً والتخزين لاحقاً

يتفاجأ المشاركون في دروسي عندما أعرض عليهم صوراً لما قبل الترتيب وما بعده في أماكن زبائني. والتعليق الأكثر شيوعاً هو: «تبدو الغرفة عارية جداً!». هذا صحيح. ففي العديد من الحالات، يقرر زبائني عدم ترك أي شيء على الأرض وأي شيء يعرقل الرؤية. حتى المكتبات تختفي. لكن هذا لا يعني أنهم رموا كل كتبهم. فبدلاً من المكتبات، يمكن أن تكون الكتب الآن في خزائن المطبخ. وفي الواقع، إن وضع الكتب داخل خزانة مطبخ كبيرة أحد أساليبي القياسية في التخزين. وإذا كانت خزانة المطبخ لديك مليئة حيث توشك على الانفجار، فقد تظن أن كتبك لن تتسع فيها أبداً. بالفعل، يشعر 99 في المئة ربما من قرائي هكذا. لكن قد يكون هناك الكثير من المساحة.

فمقدار مساحة التخزين الموجود في غرفتك مناسب تماماً. لا أذكر عدد المرات التي اشتكى فيها زبائني من عدم امتلاكهم مساحة كافية، لكنّني رأيت رغم ذلك منزلاً مفتقداً إلى مساحة تخزين كافية. المشكلة الحقيقية هي أننا نملك أكثر بكثير مما نحتاج إليه أو نريده. لكن، حين تتعلم اختيار أغراضك بطريقة صحيحة، سيبقى لديك فقط المقدار الذي تتسع له المساحة التي تملكها حالياً. هذا هو السحر الحقيقي للترتيب. قد يبدو الأمر صعباً على التصديق، لكن طريقتي في الاحتفاظ فقط بما يبعث الفرح في قلبك هي فعلاً بهذه الدقة.

لهذا السبب، عليك البدء بالرمي. وبعدما تفعل ذلك، سيسهل عليك تحديد الأماكن التي يجدر بك وضع الأشياء فيها؛ لأن أغراضك تضاءلت إلى الثلث أو ربما إلى الربع عما كانت عليه قبل أن تبدأ. في المقابل، مهما حاولت الترتيب بكدّ، ومهما كانت طريقة التخزين فعالة، إذا باشرت في التخزين قبل التخلص من الفائض، سوف تعود إلى الفوضى مجدداً. أعرف ذلك لأنّني جربت الأمر بنفسي.

نعم، أنا. فرغم أنّني أحذرك كي لا تصبح خبيراً في التخزين، ورغم أنّني ألحّ عليك لتنسى أمر التخزين إلى أن تخفف كمية ممتلكاتك، إلّا أن 90 في المئة من أفكاري كانت تتمحور فقط حول التخزين قبل زمن غير بعيد. فقد بدأتُ أفكر جدياً في هذه المسألة منذ أن كنت في الخامسة، ولذلك هذا الجزء من مهنتي استمر لوقت أطول من شغفي في الرمي الذي اكتشفته في سنوات المراهقة. خلال تلك الفترة، أمضيت معظم وقتي مع كتاب أو مجلة في يدي لأجرّب كل طرائق التخزين، وأرتكب كل خطأ ممكن.

وسواء أكان ذلك في غرفتي، أو غرفتي أخوَيّ، أو حتى في مدرستي، كنت أمضي أيامي وأنا أتأمل ما هو موجود في الأدراج والخزائن، وأنقل الأشياء بضعة مليمترات في كل مرة، محاولة إيجاد الترتيب المثالي. «ماذا سيحصل لو نقلت هذه العلبة إلى هناك؟»، «ماذا سيحصل إذا أخرجت هذا الفاصل؟». أينما كنت، كنت أغمض عينيّ وأعيد ترتيب محتويات الخزانة أو الغرفة في عقلي كما لو أنها قطع أحجية. وبما أنّني أمضيت فترة شبابي وأنا متعمقة في هذا الموضوع، فقد وقعت في شرك الوهم بأن التخزين نوع من المباراة الفكرية، والهدف منه معرفة كم أستطيع التوضيب في مساحة تخزين

وفق التنظيم العقلاني. فإذا كانت هناك مساحة فارغة بين قطعتَي مفروشات، كنت أحشر وحدة تخزين بينهما وأكدّس فيها الأشياء، وأبتسم بانتصار حين تمتلئ المساحة. لكن، في مرحلة ما، بدأت أرى أشيائي، وحتى منزلي، بمثابة عدوّ يجدر بي التغلب عليه. وكنت دوماً في حال تأهب للصراع.

التخزين: السعي إلى البساطة القصوى

عندما بدأت عملي، افترضتُ أنه يجدر بي إثبات قدرتي على التوصل إلى تصاميم تخزين مذهلة؛ أي حلول ذكية قد تراها في مجلة، مثل مجموعة من الرفوف التي توضع تماماً في مساحة صغيرة لا يفكر شخص آخر في استعمالها. كنت أظن أن هذه هي الطريقة الوحيدة لإرضاء زبائني. لكن، في النهاية، كانت تلك الأفكار الذكية غير قابلة للتطبيق تقريباً، وتستطيع فقط إشباع غرور المصمم.

على سبيل المثال، فيما كنت ذات مرة أساعد على تنظيم منزل زبونة، صادفتُ طاولة دوّارة، مثل تلك التي يتم استعمالها تحت أسطح الطاولات في المطاعم الصينية. كانت في الأساس قاعدة لمايكروويف اختفى قبل زمن طويل. ما إن رأيتها حتى خطرت لي فكرة تحويلها إلى مساحة للتخزين. واجهت مشكلة في تقرير المكان الأنسب لاستعمالها؛ لأنها كانت كبيرة وسميكة جداً، ثم ذكرت لي زبونتي أنها تملك العديد من صلصات السلطة، حيث تعجز عن ترتيبها.

فتحتُ الخزانة التي أشارت إليها، وكانت طبعاً مليئة بقناني صلصات السلطة. أخرجتها كلها، وحاولت إدخال الطاولة الدوارة،

فكانت ملائمة لها بشكل مثالي. ملأتها بالأغراض! وهكذا، حصلت على مساحة تخزين بدت مرتبة ومنمقة مثل نافذة عرض في متجر. وقد استطاعت الزبونة الوصول إلى القناني الموجودة في الخلف بمجرد برم الطاولة. كم هذا ملائم! تحمست زبونتي، وبدا كل شيء مثالياً.

لكن، لم يمضِ زمن طويل قبل أن أدرك خطئي. فخلال درسنا التالي، تحققتُ من مطبخها. كان معظمه لا يزال مرتباً ونظيفاً، ولكنّني عندما فتحت باب الخزانة المشتملة على صلصات السلطة، لاحظتُ أن المكان في الداخل بات فوضوياً. سألتها عن السبب، فشرحت لي أنها كلما برمت الطاولة الدوارة، انزلقت القناني ووقعت. وبالإضافة إلى ذلك، كانت تملك الكثير من القناني، حيث إنها وضعت الكمية الفائضة على حافة الطاولة الدوارة، مما زاد من صعوبة برمها.

مثلما تلاحظ، كنت مركزة جداً على استعمال الطاولة الدوارة لابتكار مساحة تخزين مذهلة، فأخفقتُ في رؤية ما أخزنه؛ أي القناني التي تنزلق وتقع بسهولة. لكنّني عندما فكرت في الأمر بتروٍ أكبر، أدركتُ أيضاً أنه ما من أحد يحتاج إلى النفاذ المتواتر إلى الجهة الخلفية للخزانة. وبالتالي، لا حاجة إلى الطاولة الدوارة. كما أن الأشكال الدائرية تحتل الكثير من المساحة، وتؤدي إلى وجود مساحة ضائعة، مما يجعلها غير مناسبة للتوضيب. وفي النهاية، أزلت الطاولة الدوارة، ووضعت القناني في علبة مربعة، وأعدتها إلى الخزانة. صحيح أن هذه الطريقة بسيطة وتقليدية، ولكنها- حسب زبونتي- أسهل من حيث الاستعمال. ونتيجة لهذه التجربة، استنتجتُ أن طرائق التخزين يجب أن تكون بسيطة قدر الإمكان،

ولا جدوى من التفكير في استراتيجيات معقدة. وإذا ساورك الشك، اسأل منزلك والغرض المراد تخزينه عن أفضل حلّ.

يـدرك معظـم الأشـخاص أن الفوضـى تنجـم أيضـاً عن وجود الكثيـر مـن الأغراض. لكن، لماذا نملك الكثير من الأغراض؟ لأننا لا نسـتوعب عادة بدقة مقدار ما نملكه فعلاً، ونخفق في اسـتيعاب ما نملكه لأن طرائق تخزيننا معقدة جداً. لذا، إن القدرة على تفادي فائض المخزون ترتبط بالقدرة على تبسـيط التخزين. والسـرّ لإبقاء غرفة خالية من الفوضى هو اعتماد البسـاطة القصوى في التخزين، حيث تستطيع معرفة كم تملك بمجرد لمحة واحدة. وأقول «البساطة القصـوى» لسـبب وجيه. فبالفعل، يسـتحيل تذكـر وجود كل غرض نملكـه حتـى لو قمنا بتبسـيط طرائق التخزيـن. ولا تزال هناك بعض الأوقـات التـي أمـر فيها فـي منزلي، حيث ألاحظ فيها غرضاً نسـيته بالكامـل فـي خزانـة أو درج رغـم أنّنـي عملت بكدّ لإبقـاء التخزين بسـيطاً. ولو كان تخزيني أكثر تعقيداً، أي لو قسّـمت مثلاً أغراضي إلى ثلاثة مستويات حسب تواتر الاستعمال أو حسب الموسم، فأنا واثقة من أن العديد من الأغراض الأخرى كانت ستبقى في الخفاء. في هذه الحالة، من المنطقي أكثر إبقاء التخزين بسيطاً قدر المستطاع.

لا تبعثر مساحات التخزين

للأسـباب المذكورة آنفاً، إن طريقتي في التخزين بسـيطة جداً. فأنـا أملـك فقـط قاعدتين: تخزين كل الأغراض من النوع نفسـه في المكان نفسه، وعدم بعثرة مساحات التخزين.

هنـاك فقـط طريقتان لتقسـيم الأغراض إلى فئات: حسـب نوع

الغرض، وحسب الشخص. يسهل استيعاب ذلك إذا فكرت في شخص يعيش بمفرده مقابل شخص يعيش مع عائلته. فإذا كنت تعيش بمفردك أو لديك غرفة خاصة بك، فإن التخزين بسيط جداً. عيّن فقط مكاناً لتخزين كل نوع من الأغراض. يمكنك إبقاء الفئات قليلة قدر الإمكان باتباع تلك المعتمدة للفرز. ابدأ بالملابس، ومن ثم الكتب، ثم المستندات، فالأغراض المتفرقة (الكومونو)، وأخيراً التذكارات أو الأشياء العاطفية. إذا فرزتَ أغراضك وفق هذا التسلسل، فبإمكانك تخزين كل فئة في المكان المخصص لها ما إن تقرر ما تريد الاحتفاظ به.

يمكنك أيضاً التصنيف بحرية أكبر من هذه. فبدلاً من تقسيم أغراضك حسب النوع المفصل (Sub kind) المتفرع من نوع أصلي أكثر شمولية، استعمل أوجه الشبه في المادة، مثل «الشبيهة بالقماش» أو «الشبيهة بالورق» أو «الأشياء الكهربائية» لتكون بمثابة معايير لك، واختر مكاناً واحداً لكل فئة منها. هذا أسهل بكثير من محاولة تحديد الأماكن التي يمكنك أن تستعمل فيها غرضاً أو تواتر استعماله. وبهذه الطريقة، ستتمكن من تصنيف أغراضك إلى فئات بدقة أكبر.

إذا كنت تختار أصلاً ما تريد الاحتفاظ به استناداً إلى ما يلامس قلبك، فسوف تفهم إذاً ما أقصده؛ لأنك جمعت الأغراض وفق الفئة، وبسطتها كلها في بقعة واحدة، وأمسكتها بين يديك لاتخاذ قرارك. والواقع أن العمل الذي أنجزته صقل قدرتك على معرفة الأغراض الشبيهة ببعضها، وعلى اختيار الأماكن الملائمة لتخزينها.

إذا كنت تعيش مع عائلتك، حدِّد أولاً بوضوح مساحات تخزين منفصلة لكل فرد من أفراد العائلة. هذا ضروري. يمكنك

مثلاً تعيين زوايا منفصلة لك ولزوجتك ولأولادك، وحفظ ما يخصّ كل شخص في الزاوية المحددة له. هذا كل ما تحتاج إلى فعله. والنقطة المهمة هنا هي تعيين مساحة واحدة فقط لكل شخص إذا أمكن. بتعبير آخر، يجب أن يتركز التخزين في مكان واحد بالنسبة إلى كل شخص. فإذا تعددت أماكن التخزين، سيصبح المنزل كله فوضوياً خلال وقت قصير. لذا، إن جمع أغراض كل شخص في مكان واحد هو الطريقة الأكثر فاعلية لإبقاء التخزين مرتباً.

كانت لديّ ذات مرة زبونة طلبت مني مساعدة ابنتها لتكون مرتبة. ابنتها في الثالثة من عمرها. عندما زرت منزلها، وجدت أن أغراض ابنتها موضوعة في ثلاثة أماكن مختلفة: الملابس في غرفة النوم، والألعاب في غرفة الجلوس، والكتب في غرفة الدراسة. اتبعنا المبادئ الأساسية للفرز والتخزين، فجمعنا كل شيء، ووضعنا الأغراض في إحدى الغرف على السجادة، ثم فرزناها. ومنذ ذلك الحين، بدأت ابنتها تختار الملابس التي تريد ارتداءها، وترتب أشياءها في أماكنها الصحيحة.

صحيح أنّني كنت من أعطى التعليمات، لكنّني تفاجأت. فحتى ابنة الثلاثة أعوام تستطيع الترتيب!

إن امتلاكك مساحتك الخاصة يجعلك سعيداً. فحين تشعر أن تلك المساحة تخصك شخصياً، سترغب في إبقائها مرتبة. وإذا كان من الصعب تخصيص غرفة لكل شخص، فبإمكانك تخصيص مساحة تخزين منفصلة لكل شخص. ومن بين الأشخاص الذين التقيتهم ولا يجيدون الترتيب، كانت أمهات بعضهم في الغالب ينظفن غرفهم نيابة عنهم، أو لم يملكوا قط مساحة شعروا أنها خاصة بهم.

لذا، عمد أولئك الأشخاص غالباً إلى تخزين ملابسهم في خزائن أولادهم، وكتبهم في مكتبات أزواجهم. لكن عدم امتلاكك مساحة خاصة بك أمر خطير. فكل شخص يحتاج إلى ملاذ.

أعلم جيداً أنك حين تبدأ بالترتيب، فهناك ميل حقيقي لديك للبدء بالمساحات أو الأشياء التي تخص كل المنزل، مثل غرفة الجلوس، أو الصابون والأدوية، أو مختلف الأجهزة والأدوات المنزلية. لكن، اترك هذه الأغراض إلى وقت لاحق من فضلك، وابدأ أولاً بفرز أشيائك الخاصة. اختر ما تريد الاحتفاظ به وضعه في مساحتك الخاصة. وبهذه الطريقة، ستتعلم المبادئ الأساسية لكيفية ترتيبك منزلك. وكما هي الحال في اختيار الأغراض المراد الاحتفاظ بها، فإن اتباع التسلسل الصحيح ضروري جداً.

انسَ أمر «تدفق الواردات» و«تواتر الاستعمال»

تنصح الكتب الخاصة بالترتيب عموماً جميع القرّاء بالتفكير في تدفق الواردات أثناء تصميم طريقة التخزين. لن أقول إن هذه النصيحة خاطئة. فهناك العديد من الأشخاص الذين يختارون طرائق تخزين عملية استناداً إلى اعتبارات دقيقة لناحية توزيع الأغراض في المنزل. لذا، ما سأقوله هنا ينطبق فقط على طريقة كونماري. وأقول لك أيضاً، انس أمر تدفق الواردات.

عندما أنهت إحدى زبوناتي- وهي امرأة في العقد الخامس من عمرها- فرز أغراضها وتخزينها، انتقلنا للاهتمام بأغراض زوجها. أخبرتني أن زوجها يحب أن يكون كل شيء في متناوله، سواء أكان جهاز التحكم عن بعد أو كتاب. وعندما تأملت غرفة الجلوس لديها،

لاحظتُ فعلاً أن أغراض زوجها موزعة في كل أرجاء المنزل. فثمة رف صغير لكتبه قرب الحمام، ومكان لحقائبه في الردهة، وأدراج لجواربه وملابسه الداخلية قرب المغطس. لكن هذا لم يؤثر في سياستي؛ فأنا أصرّ دوماً على أن يتركز التخزين في مكان واحد. وبالتالي، طلبتُ من زبونتي أن تنقل الملابس الداخلية الخاصة بزوجها وجواربه وحقائبه إلى الخزانة حيث يعلّق بذلاته. بدت متوترة قليلاً، وقالت: «لكنه يحب إبقاء الأشياء حيث يستعملها. ماذا لو انزعج؟».

ثمة خطأ شائع يرتكبه العديد من الأشخاص عندما يحددون مواقع تخزين الأغراض استناداً إلى المكان الأسهل لإخراجها منه. فهذه الطريقة فخ قاتل، لأن الفوضى تنجم عن الإخفاق في إعادة الأشياء إلى حيث تنتمي. لذا، يفترض بالتخزين أن يخفف الجهد اللازم لترتيب الأغراض، وليس الجهد اللازم لإخراجها. حين نستعمل شيئاً ما نملك هدفاً واضحاً لإخراجه، ولا نكترث عادة للجهد اللازم لإخراجه إلا إذا كان عملاً شاقاً جداً لسبب ما. وتنجم الفوضى عن سببين محتملين: الحاجة إلى الكثير من الجهد لترتيب الأشياء، أو عدم معرفة المكان الذي تنتمي إليه الأشياء بوضوح. وإذا أهملنا هذه النقطة المهمة، فثمة احتمال أن ننشئ نظاماً يؤدي إلى الفوضى. بالنسبة إلى أشخاص مثلي، كسالى بطبعهم، أوصي بشدة بالتركيز على التخزين في مساحة واحدة. وفي أغلب الأحيان، يكون الافتراض بإبقاء كل شيء ضمن متناول اليد افتراضاً غير صحيح.

يصمم العديد من الأشخاص طرائق التخزين التي يتبعونها للتماشي مع دفق وصول الأغراض إلى منازلهم. لكن، كيف يتم

برأيك إعداد خطة دفق الواردات أساساً؟ في كل الحالات تقريباً، لا تتحدد خطة دفق الواردات وفق ما يفعله الشخص خلال النهار، وإنما وفق المكان الذي يخزِّن فيه أغراضه. قد نظن أننا رتبنا الأغراض للتماشي مع سلوكنا، لكننا في الواقع نكون قد عدّلنا تصرفاتنا بطريقة لا واعية للتماشي مع أماكن تخزين الأغراض. والواقع أن تخطيط مساحة التخزين للتماشي مع البرنامج الحالي لتدفق الواردات سيؤدي إلى بعثرة المخزون في كل أرجاء المنزل. وهذا سيزيد بدوره من احتمالات تكديس المزيد من الممتلكات ونسيان ما نملكه أصلاً.

إذا فكرنا في متوسط مساحة المسكن الياباني، فإن تصميم مساحة التخزين وفقاً لبرنامج تدفق الواردات لن يحدث الكثير من الفرق. فبالفعل، تحتاج من 10 إلى 20 ثانية للإنتقال من جهة إلى أخرى في المنزل، فهل تحتاج فعلاً إلى القلق بشأن برنامج تدفق الواردات؟ إذا كنت تبحث عن غرفة خالية من الفوضى، فمن المهم أكثر أن ترتب مخزونك من الأغراض كي تتمكن بلمحة واحدة من معرفة مكان كل غرض بدلاً من القلق بشأن تفاصيل من يفعل ماذا، وأين ومتى.

لا حاجة إلى تعقيد الأمور. صمّم فقط الأماكن التي تريد الاحتفاظ بأغراضك فيها بالتوافق مع تصميم منزلك، وسوف تحلّ مشكلاتك في التخزين. فمنزلك يعرف أساساً إلى أين تنتمي الأغراض. لهذا السبب، إن طريقة التخزين التي أستعملها بسيطة جداً. لأكون صريحة معك، أستطيع تذكر مكان حفظ كل غرض في كل منازل زبائني تقريباً. طريقتي بهذه البساطة؛ فأنا لا آخذ

في الاعتبار قط برنامج تدفق الواردات حين أساعد زبائني على التنظيم، لكن أياً منهم لم يواجه أية مشكلة. وعلى العكس، بعد ابتكار خطة تخزين بسيطة، لم يعودوا مضطرين إلى التساؤل بشأن مواقع الأغراض، بل أصبح ترتيب الأغراض أمراً بدهياً، وبالتالي لم تعد هناك فوضى في المنزل.

احتفظ بكل الأشياء المتشابهة في المكان نفسه، أو في أمكنة قريبة من بعضها. إذا اتبعت هذه النصيحة، فسوف تجد أنك ابتكرت برنامجاً طبيعياً جداً لتدفق الواردات. لا حاجة أيضاً إلى التفكير في تواتر الاستعمال أثناء تصميم مساحة التخزين. فبعض الكتب المتمحورة حول الترتيب تعرض طرائق تصنّف الأشياء إلى ستة مستويات حسب تواتر الاستعمال: يومياً، مرة كل ثلاثة أيام، مرة أسبوعياً، مرة شهرياً، مرة سنوياً، وأقل من مرة سنوياً. هل أنا الشخص الوحيد الذي يخاف من فكرة تقسيم الأدراج إلى ستة أقسام؟ أستخدم شخصياً فئتين فقط لتواتر الاستعمال: الأشياء التي أستعملها غالباً، والأشياء التي لا أستعملها غالباً.

خذ محتويات أي درج مثلاً. سوف تبدأ بشكل طبيعي بحفظ الأشياء التي تستعملها بصورة أقل في الجهة الخلفية للدرج، وتلك التي تستعملها أكثر في الجهة الأمامية للدرج. لا حاجة لتقرير ذلك عند ترتيب مساحة التخزين. فحين تختار ما تريد الاحتفاظ به اسأل قلبك، وحين تختار المكان الذي تريد تخزين شيء ما فيه اسأل منزلك. وإذا تذكرت فعل ذلك، سوف تعرف بصورة تلقائية كيفية تنظيم أغراضك وتخزينها.

لا تكدّس الأشياء: التخزين العمودي أساسي

ثمة أشخاص يكدّسون كل شيء في كومات، سواء أكانت كتباً أو أوراقاً أو ملابس. لكن هذه الطريقة من دون فائدة. ففي ما يتعلق بالتخزين، يبقى الأسلوب العمودي الأفضل على الإطلاق. أنا مهووسة جداً بهذا الأمر، وأخزِّن كل شيء عمودياً إذا أمكن، بما في ذلك الملابس التي أطويها وأجعلها منتصبة على حافتها في أدراجي، والجوارب التي ألفها وأضعها في علبة. وينطبق الشيء نفسه على القرطاسية وأدوات الكتابة، سواء أكانت علب الدبابيس الورقية، أو أشرطة القياس، أو المماحي. فأنا أجعلها واقفة على الحافة. حتى إنّني أضع الكمبيوتر المحمول في المكتبة كما لو أنه كتاب. إذا كانت لديك مساحة تخزين كافية مبدئياً ولكنها لا تكفيك شخصياً، جرّب ترتيب الأشياء عمودياً، وسوف تجد أن هذه الطريقة تحلّ معظم المشاكل.

أنا أخزّن الأشياء عمودياً وأتجنب التكديس لسببين. أولاً، إذا كدّست الأشياء فوق بعضها بعضاً، سوف يصبح لديك ما يبدو مساحة تخزين لا تنضب. وهكذا، قد تكدس الأغراض فوق بعضها إلى الأبد، مما يزيد من صعوبة ملاحظة الحجم المتزايد. وفي المقابل، عند تخزين الأشياء بصورة عمودية، يمكن لأية زيادة أن تحتل مساحة إضافية فتنفد منك مساحة التخزين سريعاً. وحين يحصل ذلك، سوف تقول لنفسك: «أوه، ها قد بدأت الأشياء تتراكم لديّ مجدداً».

السبب الآخر هو التالي: التكديس صعب جداً بالنسبة إلى الأشياء الموجودة في الأسفل. فحين تتراكم الأشياء فوق بعضها بعضاً، تنسحق الأشياء الموجودة في الأسفل. والواقع أن التكديس يُفسد الأشياء التي تتحمل الوزن في الكومة المكدّسة. تخيل فقط

شعورك إذا أجبرتَ على حمل وزن ثقيل لساعات طويلة. بالإضافة إلى ذلك، يمكن القول إن الأشياء الموجودة في الكومة تختفي تقريباً لأننا ننسى وجودها أصلاً. فحين نكدّس الملابس فوق بعضها بعضاً، سيقلّ استعمالنا للملابس الموجودة في الأسفل، وسنستعملها بتواتر أقل. واللافت أن الملابس التي لم يعد زبائني يتحمسون لها- رغم أنهم كانوا يحبونها عند شرائها- هي في الغالب الملابس التي أمضت وقتاً طويلاً في أسفل الكومة.

ينطبق ذلك أيضاً على الأوراق والمستندات. فما إن يوضع مستند آخر في الأعلى حتى يتراجع المستند الأول إلى الخلف في وعينا. وقبل أن ندرك ذلك، نتوقف عن الاهتمام به، أو حتى ننسى أمره تماماً. لهذه الأسباب، أوصي بالتخزين العمودي لكل الأشياء الممكن جعلها واقفة. حاول الوقوف على كومة موجودة أصلاً لديك، إن مجرد فعلك ذلك سيجعلك أكثر إدراكاً لحجم الأشياء الموجودة في تلك الكومة. واللافت أن التخزين العمودي يمكن استعماله في أي مكان. فالبرادات الفوضوية شائعة، لكن يمكن تنظيم محتوياتها بسرعة وبساطة من خلال جعل الأشياء واقفة على طرفها. لنقل مثلاً إنّني أحب الجزر. إذا فتحتَ برادي، سوف تجد الجزر واقفاً في رفوف القناني في الباب.

لا حاجة إلى لوازم خاصة بالتخزين

العالم مليء باللوازم الخاصة بالتخزين؛ كفواصل التقسيم القابلة للتعديل، وعلّاقات الملابس التي يمكن تثبيتها على القضيب الحديدي داخل خزانتك، والرفوف الضيقة التي يمكن تركيبها في

المساحات الصغيرة. يمكنك العثور على لوازم تخزين لم تتخيل أنها موجودة في أي متجر، سواء أكان المتجر المحلي أو معرض المفروشات المتكلفة أو محلات لوازم الديكور. كنت في السابق مهووسة في التخزين، ولهذا جرّبتُ في مرحلة من المراحل كل لوازم التخزين المتوافرة في السوق، بما في ذلك أغرب الموديلات. لكن، لم يبق أي منها تقريباً في منزلي.

فلوازم التخزين التي تجدها في منزلي عبارة عن عدة مجموعات من الأدراج البلاستيكية الشفافة التي أضع فيها ملابسي والأغراض المتفرقة (كومونو)، ومجموعة من الأدراج الكرتونية التي أستخدمها منذ أن كنت في المدرسة الثانوية، وسلة قش لمناشفي. هذا كل شيء. وكلها موضوعة داخل خزانة في الجدار. بالإضافة إلى ذلك، هناك الرفوف المثبتة في الحائط في المطبخ والحمام، وخزانة الأحذية في ردهة المنزل. لا أحتاج إلى مكتبة لأنني أضع كتبي وأوراقي على أحد الرفوف في خزانة الأحذية. تبقى الخزائن والرفوف المبيتة في الجدران، مهما كانت كبيرة، أصغر من المعدل. لذا، إن لوازم التخزين الوحيدة التي تحتاج إليها مبدئياً عبارة عن أدراج وصناديق عادية، فأنت لست بحاجة إلى أي شيء غريب أو متكلف.

يسألني الناس غالباً عما أوصي به، ويتوقعون مني بلا شك أن أكشف لهم عن سلاح سري للتخزين. لكنّني أستطيع القول لك الآن إنه لا حاجة أبداً إلى شراء فواصل تقسيم أو أي شيء آخر. يمكنك حلّ مشاكل التخزين بالأشياء الموجودة لديك في المنزل. ولعل الغرض الأكثر شيوعاً الذي أستخدمه علبة حذاء فارغة. لقد جرّبت كل أنواع لوازم التخزين، لكنّني لم أجد أي شيء أفضل من

علبة الحذاء.

فهذه العلبة تنجح في المعايير الخمسة التي أحددها: الحجم، المادة، المتانة، سهولة الاستعمال، والجاذبية. وهذه الخصائص المتوازنة والمتنوعة هي أعظم مزاياها. في الآونة الأخيرة، باتت الأحذية تتوافر في علب ذات تصاميم جميلة أيضاً. لذا، أسأل زبائني غالباً حين أزورهم في منازلهم: «هل تملكون أي علب للأحذية؟».

تكشف علب الأحذية عن استعمالات لا متناهية. وأنا أستخدمها عموماً لتوضيب الجوارب في الأدراج. وفي الحمام، يمكن استعمالها لتوضيب قناني الشامبو ومنعِّم الشعر وما شابه. وهي أيضاً مثالية لتوضيب مستحضرات التنظيف واللوازم المنزلية الأخرى الخاصة بالتنظيف. وفي المطبخ، يمكن استعمالها لوضع لوازم الطعام مع بعضها، بالإضافة إلى أكياس النفايات وفوط الأطباق، إلخ... كما أنّني أستخدمها أيضاً لتوضيب صواني إعداد الحلوى، وأطباق الفطائر، ومعدات الطهو الأخرى غير المستعملة بشكل متواتر. ويمكن وضع العلبة على رف علوي. لكن، لسبب ما، يميل العديد من الأشخاص إلى تخزين صواني الخبز في أكياس، علماً أنه يسهل أكثر استعمالها عند توضيبها في علبة أحذية. واللافت أن هذا الحلّ السهل جداً يلقى رواجاً كبيراً عند زبائني. وأشعر دوماً بالسرور حين يقولون لي إنهم باتوا يخبزون أكثر بعد إعادتهم تنظيم لوازم المطبخ.

أما غطاء علبة الأحذية فقليل العمق، ويمكن استعماله بمثابة صينية. إذ يمكن وضعه في الخزانة لترتيب زيوت الطهو والتوابل فوقه، وبالتالي لإبقاء أرضية الخزانة نظيفة. وعلى عكس العديد من

أغطيـة الرفـوف، إن هذه الأغطية لا تنزلق، ويسـهل اسـتبدالها. وإذا كنت تضع لوازم الطهو- مثل الملاعق الكبيرة- في أدراج المطبخ، فبإمكانـك اسـتعمال غطـاء علبـة أحذية لترتيبها. فهـذا الغطاء يحول دون تدحرج الأدوات في الدرج كلما فتحته وأغلقته. وبما أنه يعمل بمثابة فاصل للتقسيم، يمكنك استعمال المساحة الباقية بفاعلية أكبر.

هناك طبعاً عدة أنواع أخرى من العلب التي يمكن اسـتعمالها بمثابـة أدوات مفيـدة للتخزيـن. وتلـك التـي أسـتعملها بتواتـر كبيـر تشـمل العلـب البلاسـتيكية الخاصـة بالبطاقـات المهنيـة، وتلـك المتوافـرة مـع أجهـزة الآيبود. فالعلب التـي تحتوي على العديد من منتجـات آبل تكشـف عـن الحجم والتصميـم الصحيحين للتخزين. لذا، إذا كنت تملك واحدة من هذه العلب، فأنا أوصيك باستعمالها لتقسـيم أدراجك. إنها مثالية لتوضيب أقلام الحبر وأقلام الرصاص وأدوات الكتابة الأخرى. وثمة غرض آخر مفيد، وهو أوعية الطعام البلاسـتيكية الفائضـة، والتـي يمكـن اسـتعمالها لتوضيـب الأغراض الصغيرة في المطبخ.

يمكـن القـول مبدئيـاً إن أي وعـاء أو صنـدوق مربـع بالحجـم الصحيح سيكون مفيداً للتوضيب. أما العلب الكرتونية الكبيرة أو علب المعدات الكهربائية فتعتبر كبيرة جداً لتقسيم الأدراج، وهي غير ملائمة أيضاً لبقية أنواع التوضيب، فضلاً عن كونها بشـعة. لذا، تخلص منها من فضلك. لكن، حين تصادف صناديق متشابهة أثناء تنظيف أغراضك وفرزها، ضعها جانباً في مسـاحة معينة إلى أن تصبح مسـتعداً للفرز. احرص على رمي كل العلب التي تبقى لديك بعد ترتيب منزلك، ولا تحتفظ بها أبداً ظناً منك أنك ستستعملها يوماً ما.

لا أوصي أيضاً باستعمال العلب الدائرية، أو التي على شكل قلب، أو ذات الشكل غير المنتظم لأنها تستنفد المساحة عادة. لكن، إذا كانت علبة معينة تبعث الفرح في نفسك عند إمساكك بها، يصبح الأمر مختلفاً. فالتخلص منها أو الاحتفاظ بها من دون استعمالها سيكون من دون فائدة فعلاً، ولذلك عليك أن تتبع حدسك هنا وتستخدمها للتوضيب. يمكنك مثلاً استعمال مثل هذه العلب في الدرج لتوضيب «أكسسوارات» الشعر، أو الكرات الصوفية، أو عدّة الخياطة. ابتكر أسلوبك الخاص والفريد في التوضيب باستعمال علبة فارغة لتوضيب شيء يحتاج إلى التخزين. وأفضل طريقة للقيام بذلك هي التجربة والاستمتاع بالعملية.

عندما يستخدم زبائني مثل هذه الأشياء التي يملكونها في المنزل، يجدون دوماً أنهم يملكون بالضبط ما يحتاجون إليه لتوضيب أغراضهم، وبالتالي لا يحتاجون إلى الخروج وشراء لوازم للتخزين. لا شك في أنه يوجد الكثير من لوازم التخزين الرائعة في السوق. لكن الشيء المهم في الوقت الحاضر هو الانتهاء من ترتيب منزلك بأسرع ما يمكن. وبدلاً من شراء شيء للتوضيب فيه الآن، انتظر حتى تنتهي من كل العملية، ثم خذ وقتك في البحث عن لوازم التخزين التي تعجبك فعلاً.

أفضل طريقة لتوضيب الحقائب هي حقيبة أخرى

الحقائب اليدوية والحقائب الأخرى غير المستعملة تكون فارغة. وفي مرحلة ما من عملي في هذا المجال، لفتني أن الحقائب تستنفد مساحة كبيرة جداً، لا سيما وأنها توضع غالباً في مواقع

تخزين أساسية. واللافت أنها لا تستنفد فقط الكثير من المساحة لأنه لا يمكن طيها، وإنما تكون في الغالب أيضاً محشوة بأوراق للحفاظ على شكلها. وفي المنازل اليابانية، حيث مساحات التخزين محدودة جداً، يبدو هذا الأمر مثل استنفاد مفرط للمساحة. كما أن تفتت الأوراق مع الوقت يزيد الأمر سوءاً.

صممتُ على إيجاد حلّ لهذه المشكلة، وبدأت التجربة. قررتُ أولاً رمي الأوراق. ففي النهاية، تقضي طريقتي برمي كل الأشياء التي لا تبعث الفرح. وقمت بدلاً من ذلك بحشو الحقائب ببعض الأغراض الصغيرة التي لا تناسب الموسم. ففي الصيف، حشوتها بالأوشحة والقفازات، وفي الشتاء وضعت ملابس البحر فيها. واللافت أن الحقائب لم تحافظ فقط على شكلها، وإنما عملت أيضاً بمثابة مساحة للتخزين. سررتُ لإيجادي حلّاً بدا مثل اصطياد عصفورين بحجر واحد. لكن، في غضون سنة تخليت عن هذه الطريقة. فرغم أن الفكرة تبدو رائعة من الناحية النظرية، إلّا أنها لم تكن هكذا من الناحية العملية؛ إذ اضطررت إلى إفراغ الحقيبة من الأغراض كلما احتجت إلى استعمالها. وبعد إخراج الأغراض منها، كانت هذه الأغراض تتناثر في الخزانة بفوضوية.

إلا أنني لم أستسلم طبعاً، وتابعت البحث عن حشوة للحقائب لا تتفتت. تمثلت فكرتي التالية في وضع أغراض صغيرة في كيس قماشي رقيق أولاً قبل وضعها داخل الحقيبة. وهكذا، كان إخراجها من الحقيبة سهلاً، وبدا الكيس القماشي جميلاً عند وضعه في الخزانة بمفرده. سررتُ لاكتشافي حلّاً آخر مفيداً. لكنّ هذه الطريقة كشفت أيضاً عن سلبياتها. إذ لم يكن بوسعي رؤية الأغراض

الموجودة داخل الكيس، وعندما حان موسمها، نسيت تماماً إفراغ اثنين من الأكياس الموضوعة داخل الحقائب. وبعد مرور عام كامل، انتبهت إلى الكيسين، وكانت محتوياتهما قد أصبحت بحالة سيئة جداً عندها. وهذا ما جعلني أتوقف للتفكير. فرغم أن سياستي في توضيب الملابس والأغراض الأخرى تقضي بإبقاء الأشياء التي لا تناسب الموسم على مرأى من العينين، إلّا أنّني صدقتُ بغباء أنّني سأتذكر إخراج ما لا أستطيع رؤيته.

أفرغتُ الأكياس القماشية، وحررتُ الأغراض الموجودة فيها، لكن الحقائب التي كانت تشتمل عليها بدت الآن منهكة. لذا، احتجتُ إلى استعمال شيء ما لمساعدتها في الحفاظ على شكلها، لكنّني لم أشأ طبعاً حشوها بملابس لا تناسب الموسم ويحتمل أن أنساها. لم أعرف ما يجدر بي فعله، فما كان مني إلا أن وضعتُ حقيبة داخل أخرى كحل مؤقت. ولكن، تبيّن لي أن هذا الحل هو المثالي. فبعد توضيب الحقائب داخل بعضها بعضاً، احتجتُ إلى نصف المساحة المطلوبة للتخزين، واستطعتُ تعقب محتويات الحقائب بإبقاء الحمالات متدلية إلى الخارج.

المهم هو وضع النوع نفسه من الحقائب مع بعضها. يفترض أن تتألف المجموعات من حقائب يدوية مصنوعة من مواد مماثلة، مثل الجلد القاسي أو القماش السميك المحبوك، أو من حقائب صغيرة خاصة بالمناسبات، مثل حفلات الزفاف والمآتم. فالتقسيم حسب المادة و/أو نوع الاستعمال يعني أنك بحاجة إلى إخراج مجموعة واحدة فقط من الحقائب كلما احتجت إلى حقيبة. وهذا أسهل بكثير. لكن، تذكر أنه لا يجدر بك وضع العديد من الحقائب

داخل حقيبة واحدة. فقاعدتي تقوم على عدم وضع أكثر من حقيبتين داخل كل حقيبة، والتأكد من حفظها بطريقة تسمح لي بتذكر ما هو موجود داخلها. وبالنسبة إلى الحقائب القماشية التي يمكن طيّها وجعلها صغيرة جداً، أوصي بحفظها كلها داخل حقيبة قماشية واحدة.

باختصار، أستطيع القول إن أفضل طريقة لحفظ الحقائب اليدوية الصغيرة، والحقائب اليدوية العادية، والحقائب الأخرى تقوم على إعداد مجموعات وفق المادة، والحجم، وتواتر الاستعمال، وحفظها داخل بعضها بعضاً، مثل الصناديق متعددة الأحجام. ولا بد من ترك كل الحمالات والمقابض على مرأى من العينين. وإذا كانت الحقيبة اليدوية المعتمدة للتخزين تملك كيساً قماشياً، يمكن وضع كل المجموعة داخل ذلك الكيس. عليك بعدها ترتيب هذه المجموعات في خزانتك حيث تستطيع رؤيتها. واللافت أن عملية حفظ الحقائب داخل حقيبة أخرى، وإيجاد المجموعات الصحيحة أمر ممتع جداً؛ تماماً مثل تركيب الأحجية. فحين تجد القطعة الصحيحة، حيث تنطبق الحقيبة الداخلية والحقيبة الخارجية معاً بشكل ممتاز وتدعمان بعضهما بعضاً، يكون الأمر شبيهاً بلقاء كان مقدّراً له أن يحصل.

أفرغ حقيبتك كل يوم

هناك بعض الأشياء التي تحتاج إليها بشكل يومي، مثل محفظة النقود، وتذكرة الحافلة أو القطار، والمفكرة. لا يرى العديد من الأشخاص أي جدوى في إخراج تلك الأشياء من الحقيبة عند

عودتهم إلى المنزل لأنهم سيستخدمونها في اليوم التالي. لكن هذا خطأ فادح. فالهدف من المحفظة أو الحقيبة هو حمل أغراضك حين تكون خارج المنزل. وأنت تملأ حقيبتك بالأشياء التي تحتاج إليها، مثل المستندات والهاتف الخلوي ومحفظة النقود، فتحملها لك من دون أي تذمر، حتى لو كانت محشوة لدرجة توشك على الانفجار. وحين تضع الحقيبة أرضاً وتنكشط قاعدتها، لا تصدر أي انتقاد، بل تبذل ما بوسعها لدعمك. كم هي جدية! لذا، من الوحشية عدم منحها إجازة في المنزل على الأقل. فإبقاؤها محشوة طوال الوقت، حتى في حال عدم استعمالها، أشبه بالخلود إلى السرير والمعدة ممتلئة. إذا عاملتَ حقائبك بهذه الطريقة، سوف تبدو متعبة ومنهكة بسرعة.

إذا لم تعتد على إفراغ محتويات حقيبتك اليدوية، فثمة احتمال أيضاً بأن تترك شيئاً داخلها حين تقرر استعمال حقيبة أخرى. وقبل أن تدرك الأمر، سوف تنسى ما وضعته في كل حقيبة. وحين تعجز عن إيجاد القلم أو أحمر الشفاه سوف تعمد إلى شراء واحد جديد. فالأغراض الأكثر شيوعاً التي وجدتها في حقائب زبائني عندما قمنا بترتيب غرفهم كانت مناديل ورقية، ونقوداً معدنية، وإيصالات مجعدة، وعلكة ممضوغة وملفوفة بورقة. وثمة خطر حقيقي في أن تختلط أيضاً أشياء مهمة، مثل «الأكسسوارات» والمذكرات والمستندات، مع هذه الفضلات.

لذا، أفرغ حقيبتك كل يوم. ليس الأمر مزعجاً مثلما يبدو. فما عليك إلا تخصيص مكان للأشياء الموجودة داخلها. اعثر على علبة، وضع فيها تذكرة القطار وبطاقتك المهنية والأغراض الأخرى

المهمة بشكل عمودي، ثم ضعها كما هي في درج أو خزانة. يمكنك استعمال أية علبة، لكن إذا لم تستطع العثور على علبة بالحجم المناسب، فبإمكانك استعمال علبة أحذية، أو يمكنك تخصيص مساحة لها في إحدى زوايا درج، من دون استعمال أية علبة على الإطلاق.

المظهر مهم. لذا، إذا كنت ستستخدم علبة، فلا تتردد في البحث عن علبة تحبها فعلاً. ولعل أحد أفضل الأماكن للاحتفاظ بهذه العلبة هو فوق مجموعة أدراج تستخدمها للتخزين. ويفضّل أن تكون هذه المجموعة قريبة من المكان الذي تضع فيه حقيبة يدك.

لا بأس إذا لم تستطع إفراغ حقيبة يدك أحياناً. ففي بعض الأحيان، أعود إلى المنزل في وقت متأخر ليلاً، فلا أزعج نفسي في إفراغ حقيبتي لأنّني أنوي استعمالها مجدداً للعمل في صباح اليوم التالي. سأخبرك أيضاً سراً آمل أن يبقى بيني وبينك. أثناء إعدادي هذا الكتاب، حدث عدة مرات أن عدت إلى المنزل ونمت على الأرض من دون تبديل ملابسي. الشيء المهم هو إنشاء بيئة حيث تستطيع حقيبتك الاستراحة، وذلك بتحديد مكان تخزن فيه كل شيء تحمله فيها عادة.

الأغراض الموجودة على الأرض مكانها في الخزانة

إذا كانت لديك خزائن داخل الجدران في منزلك، فبإمكانك تخزين معظم الأغراض داخلها. تعتبر الخزائن اليابانية مساحات تخزين مثالية. فهي عميقة وعريضة، ومقسمة في الأعلى والأسفل بواسطة رف عريض ومتين جداً، وتملك خزانة داخل الجدار فوقها.

لكن العديد من اليابانيين لا يعرفون كيفية الاستفادة من مثل هذه المساحة. إذا كنت تملك مثل هذه الخزائن، فإن أفضل شيء تقوم به هو استعمالها بطريقة صحيحة. مهما حاولت تصميم جهاز عبقري لحلّ مشاكلك في التخزين، فستكون النتيجة النهائية دوماً أكثر صعوبة من استعمال ما هو موجود لديك أصلاً.

والطريقة الأساسية لاستعمال الخزانة بفاعلية هي التالية. أولاً، يجب تخزين الأغراض التي لا تناسب الموسم في المساحات التي يصعب النفاذ إليها. وينطوي ذلك على لوازم الديكور، وملابس التزلج وتسلق الجبال، والملابس والأغراض الرياضية الموسمية الأخرى. وهذا أيضاً أفضل مكان لتوضيب الأشياء الكبيرة التي لا تتسع لها المكتبة، مثل ألبوم الزفاف أو ألبومات الصور.

لكن، لا تضعها في صناديق كرتونية، بل اجعلها بدلاً من ذلك منتصبة في الجهة الأمامية من الخزانة مثلما ترتب الكتب في المكتبة. وإلا، فيحتمل ألا تراها أبداً مجدداً.

أما الملابس اليومية فيجب توضيبها في الخزانة. إذا كنت تستعمل علباً بلاستيكية شفافة لتوضيبها، فأنا أوصيك بشدة باختيار الدرج بدلاً من الصندوق. فالملابس المستخدمة بشكل متواتر ويتم توضيبها في خزانة، يصبح من الصعب إخراجها. وفي أغلب الأحيان، لا يزعج الأشخاص أنفسهم بإخراجها من مكانها حتى لو حان موسمها. ولا داعي لتذكيرك طبعاً بضرورة طيّ الملابس وجعلها منتصبة على حافتها في الدرج.

يستحسن توضيب لوازم السرير على الرف العلوي في الخزانة، حيث تكون أقل عرضة للرطوبة والغبار. أما المساحة السفلية، فيمكن

استعمالها لتوضيب اللوازم الكهربائية التي لا تناسب الموسم، مثل المراوح وأجهزة التدفئة. والواقع أن أفضل طريقة لاستعمال الخزانة ذات الأسلوب الياباني تقضي باعتبارها مثل غرفة صغيرة، وتوضيب الأغراض فيها في أدراج أو في وحدات تخزين أخرى. كانت لديّ زبونة تركت كل ملابسها مبعثرة في الخزانة. وعندما فتحنا باب الخزانة، بدت مثل سلة نفايات، وكانت الملابس متشابكة في ما بينها.

لذا، من الأفضل نقل كل وحدات التخزين التي لديك إلى خزانتك. فهناك أضع عادة الرفوف الفولاذية، والكتب، والرفوف، أو الخزائن المصنوعة من الخشب الرقيق، ومن الممكن استعمالها أيضاً لتوضيب الكتب. كما أنّني أوضّب في الخزانة أيضاً كل الأغراض الكبيرة التي تحتلّ مساحة على الأرض؛ مثل حقائب السفر، ومعدات الغولف، واللوازم الكهربائية، والغيتار. وأنا واثقة من أن العديد من زبائني لن يصدقوا أنهم يستطيعون وضع كل أغراضهم في خزائنهم، غير أنهم عند اتباعهم طريقة كونماري في الفرز والرمي، سيكون الأمر بسيطاً جداً.

إبقاء المغطس ومجلى المطبخ خاليين من الفوضى

ما هو عدد قناني الشامبو ومنعِّم الشعر الموجودة حول المغطس؟ فمختلف أفراد العائلة يستخدمون منتجات مختلفة، أو ربما كنت ممن يستعملون أنواعاً مختلفة حسب مزاجك، أو لعلاجات تعتمدها مرة أسبوعياً. إلا أنه من المزعج إزاحة هذه القناني عند تنظيف المغطس. وفي حال وضعتها على الأرضية أو على حافة المغطس فستصبح قذرة. ولتفادي ذلك، يستخدم بعض

الأشخاص سلة معدنية لوضع القناني فيها، لكن هذه السلة تجعل الأمور أسوأ حسب خبرتي.

فقد اشتريت ذات مرة سلة معدنية كبيرة بما فيه الكفاية لوضع كل أنواع الصابون والشامبو فيها، وحتى أقنعة الوجه التي يستخدمها أفراد عائلتي. إلا أن فرحتي بها لم تدم طويلاً. في البداية، كنت أجففها كلما استحممت. ولكنْ، بعد فترة وجيزة أصبح تنظيف السلة المعدنية عبئاً حقيقياً، فرحت أفعل ذلك مرة كل ثلاثة أيام، أو حتى مرة كل خمسة أيام، ومن ثم بتواتر أقل؛ إلى أن نسيت تماماً الاهتمام بها. وذات يوم، لاحظت أن قنينة الشامبو حمراء وقذرة في الأسفل. وعندما تأملت السلة المعدنية، لاحظت أنها مغطاة بأوساخ لم أستطع تحمل النظر إليها. حينها، أوشكت على البكاء، ونظفت السلة المعدنية جيداً، ثم رميتها بعد فترة وجيزة. إذ كلما دخلت الحمام ورأيتها تذكرت مدى اتساخها، وشعرت بالقرف. كان يجدر بي إدراك أن الحمام هو المكان الأكثر رطوبة في المنزل؛ مما يجعله المكان غير المثالي لتخزين أي شيء.

لا حاجة إلى إبقاء الصابون وقناني الشامبو في الخارج في حال عدم استعمالها، لا سيما وأن التعرض الإضافي للحرارة والرطوبة في حال عدم استعمال تلك المستحضرات يؤثر سلباً في نوعيتها. لذا، تقضي سياستي بإبقاء كل شيء بعيداً عن المغطس أو الدش. وأي شيء يتم استعماله في الحمام يجب تجفيفه مباشرة بعد استعماله، حيث يكون مسح الأغراض القليلة التي نستعملها بواسطة منشفة الاستحمام ومن ثم توضيبها في الخزانة أمراً منطقياً. قد يبدو هذا الأمر بمثابة عمل إضافي للوهلة الأولى، ولكنه في الواقع عمل

أقل. فمن الأسرع والأسهل تنظيف المغطس أو الدش من دون تلك المستحضرات التي تجعل المكان مليئاً بالفوضى، كما سيتراكم مقدار أقل من الأوساخ.

ينطبق الأمر نفسه على مساحة المجلى في المطبخ. فهل تضع الإسفنجات وسائل الجلي قرب المجلى؟ أنا شخصياً أضعها تحت المجلى. السرّ يكمن في التأكد من جفاف الإسفنجة جيداً. يستخدم العديد من الأشخاص سلة معدنية خاصة بالإسفنجة مع كوب ماص يمكن تثبيته في المجلى. إذا كنت تعتمد هذه الطريقة أنت أيضاً، فأنا أوصيك بالتخلص منها فوراً. فلا يمكن أن تجف الإسفنجة إذا كانت تتلقى رذاذ الماء كلما استعملت المجلى، وستفوح رائحة كريهة منها بعد فترة وجيزة. للحؤول دون ذلك، اعصرها بإحكام بعد استعمالها، وعلّقها لتجف. يمكنك استعمال ملقط الغسيل لتثبيت الإسفنجة بعلاقة المناشف أو بمقبض درج المطبخ إذا كنت لا تملك سلة معدنية. أوصي شخصياً بتعليق الإسفنجة في الخارج، على حبل الغسيل مثلاً.

وفي الواقع، أنا لا أجفف الإسفنجات على مصطبتي فقط، وإنما أيضاً ألواح التقطيع، والمصافي، والأطباق. فضوء الشمس مطهّر جيد، ويبدو مطبخي دوماً مرتباً لأنّني لا أحتاج إلى حامل للصحون. وأنا لا أملك أصلاً حاملاً للصحون، بل أضع كل الصحون التي أغسلها في وعاء كبير أو مصفاة كبيرة ومن ثم أضع هذه الأخيرة على المصطبة حتى تجف. أستطيع غسلها في الصباح وتركها في الخارج. وقد تكون هذه الطريقة ملائمة لك أيضاً حسب الطقس، ومكان عيشك.

أيـن تضـع الزيت، والملح، والبهار، وصلصة الصويا، والتوابل الأخـرى؟ يضعهـا العديـد من الأشـخاص بالقرب مـن الفرن لأنهم يريـدون أن تكـون فـي متنـاول أيديهـم. إذا كنت واحـداً من أولئك الأشـخاص، فأنا أتمنى عليك أن تنقذها فوراً. فحوض الجلي أولاً مكان لتحضير الطعام، وليس لحفظ الأشياء. كما أن مساحة المجلى الموجودة قرب الفرن تحديداً معرضة للكثير من تناثر الطعام والزيت، ولذلـك فـإن التوابـل المحفوظة هناك تكون عـادة دبقة نتيجة المواد الدهنيـة الملتصقـة بهـا. كما أن صفوف القنانـي الموضوعة في هذه المسـاحة تزيد من صعوبة التنظيف، فتصبح مسـاحة المطبخ مغطاة دومـاً بغشـاء مـن الزيـت. إن رفـوف المطبخ وخزائنـه مصممة عادة لحفـظ التوابـل والزيـوت. ولذلـك، ضع هذه المنتجـات في مكانها الصحيـح. فـي أغلـب الأحيـان، ثمـة خزانـة أو درج طويـل وضيق بالقرب من الفرن يمكن استعماله لهذه الغاية.

زيّن خزانتك المفضلة بأغراضك المفضلة

«لا تفتحي هذا من فضلك». هذه جملة أسمعها على الدوام؛ إذ يملك زبائني عادة درجاً أو علبة أو صندوقاً لا يريدون مني أن أراه. صحيح أننا جميعاً نملك أشياء نفضل ألا يعرفها الآخرون عنا، لكننا نشعر رغم ذلك أنها مهمة. ومن تلك الأشياء أذكر ملصقات نجوم البوب، وتذكارات أخرى، وكتباً مرتبطة بالهوايات. تكون الملصقات في الغالب ملفوفة وموضبة في الجهة الخلفية للخزانة، فيما الأقراص المدمجة موضوعة في صندوق. لكن هذا مؤسف فعلاً. فغرفتك على الأقل يجب أن تكون المكان الذي تستطيع فيه الاستمتاع بهواياتك

بطريقة ترضيك. فإذا كنت تحب شيئاً ما، لا تخبئه. وإذا أردت الاستمتاع به، ولكنك لا تريد أن يعرف به أصدقاؤك أو الآخرون، فلديّ حل مناسب لك. حوِّل مساحة التخزين لديك إلى مساحتك الخاصة؛ أي تلك التي تبعث في نفسك الكثير من الفرح. استخدم هذه الكنوز لتزيين اللوح الخلفي للخزانة خلف ملابسك، أو الجهة الداخلية للباب.

يمكنك تزيين خزانتك بأي شيء، سواء أكان شخصياً أم لا؛ كالملصقات، والصور الفوتوغرافية، والزينة، أو أي شيء تريده. لا حدود أو قيود في ما يتعلق بكيفية تزيينك مساحة التخزين لديك. ولن يتذمر أحد، لأن أحداً لن يرى المكان. فمساحة التخزين الخاصة بك هي مكانك الخاص، ولذلك اجعلها شخصية بقدر ما تشاء.

انزع اللصيقة عن الملابس الجديدة فوراً

من الأمور الكثيرة التي تذهلني حين أساعد زبائني على الترتيب مقدار الأشياء التي لا تزال موضبة بحالتها الأصلية. أفهم حصول ذلك في ما يتعلق بالأطعمة ولوازم النظافة، ولكنْ لماذا يضع الأشخاص ملابس مثل الجوارب والملابس الداخلية في أدراجهم من دون إزالتها من توضيبها الأصلي. فبهذه الطريقة تحتل مساحة أكبر، واحتمال أن يتم نسيانها أكبر أيضاً.

أحب والدي تكديس الجوارب. وكلما ذهب إلى السوبرماركت كان يشتري الجوارب الرمادية أو السوداء لانتعالها مع بذلاته الرسمية، وكان يحفظها في علبها في درجه. الكنزات الرمادية كانت غرضاً آخر يحب إبقاءه في متناول يده، وصادفتها غالباً في الجهة

الخلفية للخزانة، وهي لا تزال ملفوفة بأكياس النايلون. لطالما شعرتُ بالأسف على هذه الملابس، واعتقدتُ أن هذه العادة موجودة لدى أبـي فقـط. لكـنْ، حين بـدأت أزور منازل زبائنـي، أدركتُ أن هناك العديد من الأشـخاص مثله. تتألف الكدسـة عادة من شـيء يرتديه الزبون بانتظام؛ علماً أن الأمثلة الأكثر شيوعاً هي الجوارب والملابس الداخلية والجوارب النسائية. والشيء الوحيد المشترك بين زبائني هو امتلاكهـم مخزونـاً أكبـر مما يحتاجون إليـه. ذهلتُ في البداية لأنهم يشـترون كميات إضافية من الغرض نفسـه قبل اسـتعمالهم تلك التي تمّ شـراؤها سـابقاً. فحقيقة وجودها في توضيبها الأصلي تلبّد حسّ الشخص بالملكية. الرقم القياسي لعدد الجوارب التي اكتشفتها في منـزل زبـون مثـلاً كان 82 زوجـاً. وكانت تلك الجوارب لا تزال في توضيبها الأصلي، وملأت علبة تخزين بلاستيكية كاملة.

عندما تشـتري شـيئاً، فمن الأسـهل طبعاً وضعه في الدرج وهو لا يـزال فـي توضيبـه الأصلـي. وقد تشـعر ربما ببعـض المتعة أثناء إزالتـك الغـلاف عنـه وارتدائه للمرة الأولى. لكن الفرق الوحيد بين الأغـراض الموضبـة فـي درجك وتلك التي فـي المتجر هو المكان الـذي يتـم الاحتفـاظ بها فيه. فالأشـخاص يفترضـون عموماً أنه من الأرخص شـراء الكثير من الأشـياء في فترة التنزيلات. لكنّني أعتقد أن العكس هو الصحيح. فإذا فكرت في كلفة التخزين، يكون الأوفر إبقاء هذه الأشياء في المتجر، وليس في منزلك. بالإضافة إلى ذلك، إذا اشتريتها واستعملتها كلما احتجت إليها فستكون في حال أفضل. لهذا السبب، ألحّ عليك للامتناع عن تخزين الأشياء، واشتر بدلاً من ذلك الأشياء التي تحتاج إليها فقط، وأخرِج فوراً كل الأغراض من

أكيـاس النايلـون التـي تغلفهـا قبل ترتيبها. وإذا كنـت تملك مخزوناً كبيراً من شيء ما، فانزع عنه أغلفته على الأقل؛ إذ إن ترك الملابس في أغلفتها يؤذيها لا أكثر.

قـد تكـون الجـوارب أكثـر الأغـراض التـي تترك فـي توضيبها الأصلي. وعند إزالة أغلفتها، انزع أيضاً المشـبك القاسـي، وتخلص منه لأنك لن تحتاج إليه في المنزل. تحتلّ الجوارب مساحة أقل بنحو 25 في المئة عند إزالة أغلفتها وطيها. كما يزداد احتمال اسـتعمالها بهذه الطريقة؛ إذ يسهل الوصول إليها بشكل أسرع. أعتقد أنك حين ترفع الأشياء من توضيبها الأصلي، يمكنك القول فعلاً إنك تملكها.

وتماماً مثل الملابس التي لا تزال في توضيبها الأصلي، هناك ملابـس تظـل محتفظـة بلصائقهـا. أجد في الغالب تنانير أو سـترات فـي منـازل زبائنـي مع لصائق الأسـعار أو اسـم الماركـة. في معظم الحالات، يكون الزبون قد نسي وجودها، ويتفاجأ لدى رؤيته إياها؛ رغـم أن هـذه الأغـراض كانت معلقة أمامـه على القضيب الحديدي في الخزانة. تساءلتُ لزمن طويل عما يجعل مثل هذه الملابس غير مرئية للعيان، وصممتُ على إيجاد شرح لذلك، فقمت بمراقبة أقسام الملابس في مختلف المتاجر.

بعد متابعة البحث لبعض الوقت، أدركتُ أن هناك فرقاً ملحوظاً بين الملابس المعلقة في خزانة الشخص وتلك المعلقة على قضيب في متجر. فالملابس الأخيرة تكشف عن هالة مختلفة عن الملابس التي نستعملها كل يوم؛ فهي تفيض بالترتيب الأنيق. كما أن الملابس المحتفظة بلصائق أسعارها تبقى على شيء من هذا الترتيب الأنيق. هكـذا أفسّـر الأمـر. الملابـس المعروضـة فـي متجر منتجـات، فيما

الملابس الموجودة في منزل ممتلكات خاصة. والملابس التي لا تزال محتفظة بلصيقة سعرها لم تصبح لنا بعد، وبالتالي لا «تخص» أحداً. ممّا يعني أن هالة الملابس الجديدة تهيمن عليها، فتصبح أقل لفتاً للانتباه. لذا، من الطبيعي أن نتجاهلها وننسى في النهاية أمرها فيما نحن نفتش في خزانتنا.

يظن بعض الأشخاص أنهم إذا أزالوا اللصائق عن الملابس فسوف تهبط قيمتها إذا أخذوها يوماً إلى متجر إعادة التدوير، لكن هذا غير صحيح. فإذا أردت شراء الملابس، اخترها بنية الترحيب بها في منزلك والاهتمام بها جيداً. وعندما تشتريها، انزع اللصائق عنها فوراً. فلكي تشهد ملابسك مرحلة التحول من منتجات متجر إلى ممتلكات شخصية، عليك قطع «حبل السرّة» الذي يربطها بالمتجر.

لا تقلل من أهمية «ضجيج» المعلومات المكتوبة

يحتاج الطلاب عموماً إلى مستوى أكبر من الراحة في مساحاتهم بعدما ينجحون في حلّ مسألة فائض الأغراض ومشكلة التخزين. للوهلة الأولى، كانت منازل بعض زبائني خالية تماماً من الفوضى، حيث بدت وكأنها لا تحتاج إلى مساعدتي.

إحدى أولئك الزبونات كانت امرأة في العقد الثالث تعيش مع زوجها وابنتهما البالغة من العمر ست سنوات. لم تواجه تلك الزبونة أية مشكلة في الرمي. وفي درسنا الأول، تخلصت من 200 كتاب و32 كيساً من الأغراض. إنها في الأساس سيدة منزل، وتمضي وقتها في الاهتمام بمنزلها، وتقدم الشاي لأمهات أخريات مرتين شهرياً، وتعطي دروساً منتظمة في تنسيق الأزهار في منزلها. وهي

تستقبل الزوار بشكل متواتر، وحريصة جداً على إبقاء منزلها مرتباً كي لا تشعر بالإحراج إن استقبلت ضيوفاً مفاجئين. وقد عاشت في منزل مؤلف من غرفتَي نوم، وغرفة طعام، ومطبخ. وكانت أغراضها موضوعة بترتيب في الخزائن داخل الجدران، وعلى حاملين معدنيين يصل ارتفاعهما إلى الرأس تقريباً. أما الأرضية الخشبية فكانت خالية ومصقولة جيداً على الدوام. وقد تساءل أصدقاؤها عن كيفية تمكنها من أن تصبح أكثر ترتيباً مما هي عليه أصلاً، لكنها بدت غير راضية.

«لا نملك الكثير من الأشياء، لكنّني لا أشعر بالرضى. وأشعر دائماً أن هناك خطوة أخرى إضافية يجدر بي القيام بها».

عندما زرتُ منزلها وجدته مرتباً. لكن، مثلما قالت، ثمة شيء غير سويّ. في مثل هذه الحالة، إن أول شيء أفعله هو فتح أبواب كل مساحات التخزين. وعندما فتحتُ الخزانة الأساسية، وجدتُ ما كنت أتوقعه. إذ كانت هناك لصائق تروّج «لحلول تخزين رائعة» ملصقة على الجدران البلاستيكية الشفافة، بالإضافة إلى علب معطرات الغرف المليئة بعبارات مثل «تنعش الهواء فوراً»، وعلب كرتونية مكتوب عليها «برتقال ياباني». أينما نظرت، وجدت أمامي كلمات وكلمات وكلمات. هذه هي «الخطوة» الأخيرة التي كانت زبونتي تبحث عنها. إذ كان هناك دفق من المعلومات يواجهها كلما فتحت باب خزانة، ممّا يجعل الغرفة «كثيرة الضجة»؛ وخصوصاً إذا كانت الكلمات بلغتها، حيث تقفز أمام عينيها فوراً، ويعتبرها دماغها معلومات يجب تخزينها، مما يولّد اضطراباً في عقلها.

في حالة زبونتي، كلما أرادت اختيار ملابسها، كانت تتلقى دفقاً من الرسائل مثل «برتقال ياباني» و«تنعش الهواء فوراً»، كما لو أن

أحداً ما يتمتم دائماً في أذنها. والغريب في الأمر أن إغلاق باب الخزانة لا يخفي دفق المعلومات؛ فالكلمات تصبح مستقرة في الهواء. وحسب تجربتي الخاصة، إن مساحات التخزين في المنزل التي تكون «كثيرة الضجة»، حتى لو بدت مرتبة جداً ظاهرياً تكون في الواقع فائضة بمعلومات غير ضرورية. كلما كان المنزل أكثر ترتيباً، ومفروشاته أكثر تناثراً، بدت المعلومات أعلى صوتاً. لذا، باشر في إزالة لصائق المنتجات عن أوعية التخزين لديك. هذا ضروري جداً؛ مثلما تزيل اللصائق عن الملابس الجديدة للترحيب بها بين أغراضك الشخصية. مزّق أوراق النايلون المليئة بالكلمات التي لا تريد رؤيتها؛ مثل تلك التي تغلف معطرات الجو ومستحضرات التنظيف، وتذكَّر أن المساحات التي لا تراها تبقى جزءاً من منزلك. لذا، عند إزالة فائض المعلومات البصرية التي لا تبعث فيك الفرح، يمكنك جعل مساحتك أكثر سلاماً وراحة. والفرق الناجم عن ذلك مذهل جداً، ولذلك يستحق الأمر التجربة.

قدّر مقتنياتك

تقدير المقتنيات هو أحد أبرز الواجبات المنزلية التي أعطيها لزبائني. فعلى سبيل المثال، ألحّ عليهم لمحاولة القول: «شكراً لإبقائي دافئاً طوال اليوم»، وذلك عندما يعلقون ملابسهم بعد عودتهم إلى المنزل. وعندما ينزعون «أكسسواراتهم»، أقترح عليهم القول: «شكراً على جعلي جميلاً». وعند وضع الحقيبة في الخزانة، أقترح القول: «شكراً لأنك أنجزت الكثير من العمل اليوم». عبّر عن تقديرك لكل غرض دعمك خلال اليوم. وإذا وجدت صعوبة في فعل ذلك

يومياً، افعله على الأقل كلما استطعت.

شرعت في معاملة أغراضي وكأنها حية عندما كنت طالبة في المدرسة الثانوية. فقد كان لديّ هاتفي الخلوي الخاص، وكانت الشاشة يومها بلون واحد فقط، وأحببت التصميم الصغير واللون الأزرق الشاحب. لم أكن مدمنة على استعمال هاتفي، لكنّني أحببته كثيراً لدرجة أنّني خرقت قوانين المدرسة ووضعته في جيب بذلتي المدرسية كل يوم. كنت أخرجه بين الحين والآخر لأتأمله وأبتسم لنفسي. إلا أن التكنولوجيا تطورت، وبات الجميع يشترون هواتف خلوية ذات شاشات ملونة. تشبثت بموديلي القديم قدر المستطاع، لكنه أصبح في النهاية عتيقاً جداً ومليئاً بالخدوش، حيث توجب عليّ استبداله. وعندما حصلتُ على هاتفي الخلوي الجديد، خطرت لي فكرة إرسال رسالة نصية إلى هاتفي القديم. كان أول هاتف أستبدله، وقد شعرت ربما بالكثير من الحماسة. وبعد التفكير هنيهة، كتبتُ الرسالة البسيطة: «شكراً لك على كل شيء»، وأضفت رمز قلب، ثم ضغطتُ على زر الإرسال. رنّ هاتفي القديم فوراً، وتحققتُ من رسائلي. كانت طبعاً الرسالة التي أرسلتها للتو. «رائع، لقد وصلتك رسالتي. أردت فعلاً شكرك على كل ما فعلته». قلت ذلك لهاتفي القديم ثم أطفأته.

بعد دقائق قليلة، شغّلت هاتفي القديم، وتفاجأت لدى رؤيتي الشاشة فارغة تماماً. ومهما حاولت الضغط على الأزرار، لم تستجب الشاشة لمحاولاتي. هاتفي الذي لم ينكسر قط منذ أول يوم اقتنيته فيه، تعطل تماماً بعد تلقيه رسالتي. لم يعد الهاتف إلى العمل مطلقاً من جديد، كما لو أنه أدرك أن مهمته قد انتهت فتوقف عن العمل

بملء إرادته. أعرف طبعاً أن بعض الأشخاص قد يجدون صعوبة في تصديق أن الأشياء غير المتحركة تستجيب للعواطف البشرية، وقد يكون ما حصل مجرد صدفة.

رغم ذلك، نسمع غالباً عن أبطال رياضيين يعتنون جيداً بمعداتهم الرياضية، ويعاملونها باهتمام شديد. أعتقد أنهم يشعرون في قرارة أنفسهم بقوة تلك الأغراض. إذا عاملنا كل الأشياء التي نستخدمها في حياتنا اليومية- سواء أكانت الكمبيوتر أو الحقيبة اليدوية أو أقلام الحبر وأقلام الرصاص- بالعناية نفسها التي يوفرها الأبطال الرياضيون لمعداتهم، فسنستطيع زيادة عدد الداعمين كثيراً في حياتنا. فالامتلاك جزء طبيعي جداً من حياتنا اليومية، وليس شيئاً مخصصاً لمسابقة أو مباراة ما.

حتى لو بقينا غير مدركين للأمر، فإن مقتنياتنا تعمل بكدّ كبير من أجلنا، وتؤدي أدوارها كل يوم لدعم حياتنا. ومثلما نحب العودة إلى المنزل والاسترخاء بعد يوم عمل طويل، تتنفس أغراضنا الصعداء أيضاً عندما تعود إلى حيث تنتمي. هل فكّرت يوماً في ما يعنيه عدم امتلاك عنوان ثابت؟ ستكون حياتنا مضطربة جداً. ولهذا السبب تحديداً، نحن نملك منازل نعود إليها، ونخرج منها إلى أعمالنا أو للتسوق أو للتفاعل مع الآخرين. وينطبق الشيء نفسه على أغراضنا. من المهم أن تملك أغراضنا تلك الطمأنينة نتيجة وجود مكان خاص بها تعود إليه. يمكنك معرفة الفرق بنفسك؛ فالأغراض التي تملك مكاناً يخصها وتعود إليه كل يوم للاستراحة تبدو دوماً أكثر حيوية.

بعدما يتعلم زبائني كيفية معاملة ملابسهم باحترام، يقولون لي دوماً: «باتت ملابسي تدوم لوقت أطول. لا تتلف كنزاتي بسهولة،

ولم أعد أوسخها كثيراً أيضاً». يشير ذلك إلى أن اعتناءك بمقتنياتك أفضل طريقة لتحفيزها على دعمك، أي دعم صاحبها. وحين تعامل أغراضك جيداً سوف تستجيب دوماً بلطافة. لهذا السبب، أخصص الوقت لأسأل نفسي بين الحين والآخر عمّا إذا كانت مساحة التخزين التي خصصتها لها تجعلها سعيدة فعلاً. ففي النهاية، التخزين هو عملية اختيار مقرّ لأغراضي.

الفصل الخامس

سحر الترتيب يبدّل حياتك جذرياً

رتّب منزلك واكتشف ما تريد القيام به فعلاً

في اليابان، يكون مندوب الصف عادة شخصاً ذا شعبية، وصاحب مزايا قيادية، ويحب البروز. ونقول عن أي شخص يحمل هذه المزايا إنه من نوع «مندوب الصف». وفي المقابل، أنا من «النوع المنظم»؛ أي امرأة تعمل بهدوء ومن دون تطفل في زاوية الصف، وتنظم الرفوف. وأقصد هذا الأمر حرفياً وجدياً.

أول مهمة رسمية أوكلت لي في المدرسة الابتدائية كانت «الترتيب». وأذكر تماماً ذلك اليوم؛ فقد كان الجميع يتنافسون للحصول على مهام مثل إطعام حيوانات المدرسة أو ريّ النباتات، لكن عندما قالت المعلمة: «من يرغب في تنظيم الصف وترتيبه؟»، لم يرفع أحد يده سواي، وفعلت ذلك بحماسة كبيرة. وفي المقابل، كانت جيناتي الخاصة بالترتيب قد نشطت منذ سنّ مبكرة جداً. ففي الفصول السابقة، عرفت أنّني أمضيت أيامي في المدرسة وأنا أنظم الصف والخزائن ورفوف الكتب بكل سعادة وثقة.

عندما أروي هذه الحكاية، يقول لي الناس غالباً: «أنت محظوظة جداً لأنك عرفتِ ما تحبينه في سن مبكرة جداً. أشعر بالغيرة منك، فأنا لا أعرف أبداً ما أحب فعله...». لكنّني في الواقع أدركت مدى حبي للتنظيم في الآونة الأخيرة. صحيح أنّني أمضيت كل وقتي في الترتيب، إما في تعليم زبائني في منازلهم أو في إلقاء المحاضرات،

لكن حلمي عندما كنت صغيرة كان الزواج. لم يصبح الترتيب جزءاً أساسياً من حياتي اليومية إلا عندما افتتحتُ عملي الخاص، وأدركت أن الترتيب يمكن أن يكون مهنتي. وحين كان الناس يسألونني عمّا أودّ فعله، كنت أتردد وأجيب أخيراً بتعاسة: «قراءة الكتب»، فيما أتساءل في قرارة نفسي: «ما الذي أودّ فعله؟». لقد نسيت تماماً مسألة تعييني كمنظمة للصف في المدرسة الابتدائية. وبعد خمسة عشر عاماً، عادت بي الذاكرة فجأة إلى الوراء أثناء ترتيب غرفتي، واستعدت في ذاكرتي صورة معلمتي وهي تكتب اسمي على اللوح الأسود، وأدركتُ بدهشة أنّني كنت مهتمة بهذا المجال منذ نعومة أظفاري.

فكر في أيامك المدرسية والأشياء التي كنت تحب القيام بها حينها. ربما كنت مسؤولاً عن إطعام الحيوانات، أو كنت تحب رسم الصور. أياً كان ما أحببت القيام به، فثمة احتمالات كبيرة أن الأمر مرتبط بطريقة ما بشيء تقوم به حالياً، كجزء طبيعي من حياتك، حتى لو كنت لا تفعله بالطريقة نفسها. فالأشياء التي نحب القيام بها لا تتغير مع الوقت. وترتيب منزلك طريقة رائعة لاكتشاف تلك الأشياء.

إحدى زبوناتي كانت صديقة مقربة لي منذ أيام الثانوية. صحيح أنها عملت في شركة معلوماتية بعد التخرج، ولكنها اكتشفت ما تحب القيام به فعلاً بفضل الترتيب. بالفعل، بعدما انتهينا من ترتيب منزلها، نظرت إلى علبة كتبها التي تحتوي الآن فقط على الكتب التي تأسرها، وأدركت أن العناوين مرتبطة كلها بالعمل الخيري الاجتماعي. أما الكتب العديدة التي اشترتها لدراسة الإنكليزية أو صقل مهاراتها المهنية بعد بدئها العمل فقد تخلصت منها، واحتفظت

بتلك التي تتناول فقط العمل الخيري الاجتماعي؛ علماً أنها اشترتها عندما كانت تلميذة في المرحلة الثانوية. وعندما نظرت إليها، تذكرت عملها التطوعي كمربية للأطفال طوال أعوام عدة قبل بدئها بالعمل في شركة المعلوماتية. وأدركت فجأة أنها تريد المساهمة في إنشاء جمعية، حيث تستطيع الأمهات العمل من دون الشعور بالقلق على أطفالهن. أدركت شغفها الحقيقي للمرة الأولى، فأمضت عاماً كاملاً بعد تلقيها دروسي في الدراسة والتحضير، ثم استقالت من مهنتها وأسست حضانة لتربية الأطفال. ولديها الآن العديد من الزبائن الذين يعتمدون على خدماتها، وتستمتع كل يوم بعملها، فيما تكتشف كيفية تطويره أكثر فأكثر.

«عندما رتبت منزلي، اكتشفت فعلاً ما أريد فعله». تلك هي الكلمات التي أسمعها من زبائني دوماً. بالنسبة إلى معظمهم، جعلتهم تجربة الترتيب ينخرطون بشغف أكبر في عملهم. فقد أسس البعض شركاتهم الخاصة، فيما بدّل آخرون مهنهم، وأبدى آخرون اهتماماً أكبر بمهنهم الحالية. كما أصبحوا أكثر شغفاً باهتماماتهم ومنازلهم وحياتهم العائلية، وازداد إدراكهم لما يحبونه بصورة طبيعية. ونتيجة لذلك، أصبحت حياتهم اليومية أكثر إثارة.

رغم أنّنا نستطيع التعرف إلى أنفسنا بصورة أفضل من خلال الجلوس وتحليل مزايانا أو الإصغاء إلى آراء الآخرين فينا، إلّا أنّني أعتقد أن الترتيب أفضل طريقة. ففي النهاية، تعكس مهننا بدقة كبيرة تاريخ القرارات التي اتخذناها في حياتنا. والترتيب طريقة فعالة لتظهر لنا ما نحبه فعلاً.

التأثير السحري للترتيب يبدّل حياتنا بصورة جذرية

«اعتقدت لغاية الآن أنه من المهم إنجاز الأشياء التي تغني حياتي، ولذلك شاركتُ في المؤتمرات، وتعلمت لزيادة معرفتي. ولكن بفضل دروسك في تعلم كيفية ترتيب منزلي، أدركت للمرة الأولى أن التخلي أكثر أهمية من الإضافة».

إنه تعليق إحدى زبوناتي، وهي في الثلاثين من عمرها. أحبت الدراسة وطوّرت شبكة واسعة من المعارف، إلا أن حياتها تبدلت بشكل جذري بعدما تلقت دروسي. فأول غرض لم تشأ التخلي عنه كان مجموعتها الكبيرة من كتيبات المحاضرات، لكنها عندما رمتها أخيراً، أحست وكأن ثقلاً كبيراً قد انزاح عنها. وبعد التخلص من نحو 500 كتاب كانت تنوي قراءتها يوماً ما، وجدت أنها تلقت معلومات جديدة يومياً. وعندما رمت كدستها الكبيرة من البطاقات المهنية، بدأ الأشخاص الذين كانت تريد لقاءهم بالاتصال بها، وتمكنت من لقائهم بصورة طبيعية. لم تكن تملك من قبل أي شيء من القيم الروحية، ولكن بعد انتهاء درسي، قالت برضى: «الترتيب له تأثير أقوى من الفوانغ تشي (*feng shui*) أو حجارة القوة والأغراض الروحية الأخرى». ومنذ ذلك الحين، استهلت حياة جديدة، وتخلت عن مهنتها وعثرت على ناشر لكتابها.

الترتيب يغير حياة الإنسان بصورة جذرية. وينطبق ذلك على الجميع، 100 في المئة. وهذا التأثير، الذي أطلقت عليه اسم «سحر الترتيب»، غير اعتيادي.

أسأل زبائني أحياناً عن كيفية تغير حياتهم بعد تلقيهم دروسي.

ورغم أنّني أصبحت الآن معتادة على الإجابات التي أتلقاها، إلّا أنّني تفاجأت في البداية. فقد تبدلت بشكل جذري حياة أولئك الذين رتبوا مساحاتهم بشكل كامل وشامل، دفعة واحدة.

الزبونة التي ذكرتها أعلاه كانت فوضوية طوال حياتها. وعندما رأت أمها غرفتها خالية من الفوضى تأثرت كثيراً، لدرجة أنها تسجلت في دروسي أيضاً. ورغم اعتقادها أنها شخص مرتب أساساً، فإن منظر غرفة ابنتها أقنعها بأنها ليست مرتبة. وتبيّن لاحقاً أنها استمتعت كثيراً بالرمي، لدرجة أنها لم تندم على التخلص من لوازم حفلات الشاي التي تبلغ قيمتها نحو 250 دولاراً، وتطلعت بشوق إلى أيام جمع النفايات.

«في السابق، لم تكن لديّ الثقة. ولطالما اعتقدت أنّني أحتاج إلى التغيير، وأنه يجب عليّ أن أكون مختلفة. ولكنّني مقتنعة الآن بأنّني راضية عما أنا عليه. فبعد اكتسابي معياراً واضحاً للحكم على الأشياء وفقه، اكتسبت الكثير من الثقة في نفسي». ومثلما تلاحظ من شهادتها، إن أحد التأثيرات السحرية للترتيب هو الثقة في قدرتك على اتخاذ القرارات. الترتيب يعني أخذ كل غرض في يدك، وسؤال نفسك عمّا إذا كان يبعث فيك الفرح، والتقرير على هذا الأساس ما إذا كان يجدر بك الاحتفاظ به أم لا. وعند تكرار هذه العملية مئات وآلاف المرات، نصقل مهاراتنا في اتخاذ القرارات بشكل طبيعي. لذا، إن الأشخاص الذين يفتقدون إلى الثقة في أحكامهم إنما يفتقدون إلى الثقة في أنفسهم. وكنت أنا أيضاً أفتقد إلى الثقة في السابق، ولكن الترتيب أنقذني.

اكتساب الثقة في الحياة عبر سحر الترتيب

استنتجتُ أن شغفي في الترتيب محفز برغبة في الحصول على التقدير من أهلي، ومن عقدة متعلقة بأمي. فقد كنت الابنة الوسطى بين ثلاثة أولاد، ولم أحصل على الكثير من انتباه والدَيّ بعد عمر الثالثة. لا شك في أن الأمر لم يكن متعمداً، لكن إقحامي بين أخي الأكبر وأختي الصغرى جعلني أشعر بهذه الطريقة.

بدأ اهتمامي بالأعمال المنزلية والترتيب حين كنت في سنّ الخامسة، وأعتقد أنني حاولت على طريقتي عدم التسبب بالمشاكل لوالدَيّ اللذين كانا مشغولين بشكل جليّ بالاهتمام بأخي وأختي. أدركتُ أيضاً منذ سن مبكرة جداً ضرورة تفادي الاعتماد على أشخاص آخرين. وأردت- من دون شك- الحصول على مديح والدَيّ وانتباههما.

منذ بدأت المدرسة الابتدائية، استخدمتُ منبهاً لإيقاظي قبل أي شخص آخر. لم أحب الاعتماد على الآخرين، ووجدت صعوبة في الثقة فيهم، وعجزت عن التعبير عن مشاعري. وبما أنّني كنت أمضي فترات الاستراحة بمفردي وأنا أرتب، يمكنك الاستنتاج أنّني لست طفلة منفتحة. نعم، استمتعتُ فعلاً بالتجول في المدرسة بمفردي، وما زلت حتى اليوم أفضل إنجاز الأشياء وحدي؛ بما في ذلك السفر والتسوق. إنها ميزة طبيعية لديّ.

وبما أنّني لم أبرع في تطوير روابط الثقة مع الآخرين، تعلقت بالأشياء بصورة غير طبيعية. أعتقد أن هذا يعزى تحديداً إلى عدم شعوري بالارتياح في الكشف عن مواطن ضعفي أو عن مشاعري الحقيقية تجاه الآخرين، فأصبحت غرفتي والأشياء الموجودة فيها

نفيسة جداً بالنسبة إليّ. لم أكن مضطرة إلى الادعاء أو إخفاء أي شيء أمامها. وكانت أشياء مادية. وقد علّمني منزلي أولاً تقدير الحب غير المشروط، وليس أهلي أو أصدقائي. ولأكون صريحة معك، ما زلت حتى اليوم أفتقد إلى الكثير من الثقة في النفس، وأشعر أحياناً بإحباط كبير نتيجة أخطائي.

غير أنني أملك ثقة كبيرة في بيئتي، وفي ما يتعلق بالأشياء التي أملكها، والملابس التي أرتديها، والمنزل الذي أعيش فيه، والأشخاص الموجودين في حياتي، وفي ما يتعلق ببيئتي إجمالاً. ورغم أن الأمر قد لا يبدو مميزاً بالنسبة إلى أي شخص آخر، فأنا واثقة وممتنة كثيراً لكوني محاطة بما أحبه ومن أحبهم؛ أي بالأشياء المميزة بالنسبة إليّ، والأشخاص المميزين والعزيزين على قلبي. أشعر بدعم الأشياء والأشخاص الذين يبعثون فيّ الفرح. إنهم يمنحونني الثقة بأنّني سأكون على ما يرام. وأريد مساعدة الآخرين الذين يشعرون مثلما شعرت أنا ذات مرة، أي الذين يفتقدون إلى الثقة في النفس، ويجدون صعوبة في فتح قلوبهم للآخرين، ليتمكنوا من رؤية مقدار الدعم الذي يتلقونه من المساحة التي يعيشون فيها والأشياء المحيطة بهم. لهذا السبب، أمضي وقتي في زيارة منازل الأشخاص وتعليمهم كيفية الترتيب.

تعلّق بالماضي أو قلق من المستقبل

«تخلص من أي شيء لا يبعث فيك الفرح». إذا جرّبت هذه الطريقة، ولو قليلاً، فلا بد أن تكون قد أدركتَ الآن أنه ليس من الصعب التعرف إلى شيء يبعث فيك الفرح. فلحظة تلمسه، تعرف

الجـواب. لكـن، يصعـب أكثـر تقرير رمي شـيء مـا. وبالفعل، نحن نبتكر كل أنواع الأسـباب لعدم رميه، مثل: «لم أسـتعمل هذا الوعاء طوال العام، لكن من يعلم؟ قد أحتاج إليه يوماً ما...»، أو «هذا العقد قدّمه لي صديقي، وقد أحببته كثيراً في ذلك الوقت...». لكن، عندما نغوص فعلاً في أسباب عدم تخلينا عن شيء ما، نجد فقط سببين: إما تعلقنا بالماضي، أو خوفنا من المستقبل.

خـلال عمليـة الانتقـاء، إذا صادفت شـيئاً لا يبعث فيك الفرح، لكنـك لا تسـتطيع حمـل نفسـك علـى التخلـص منه، توقـف هنيهة واسـأل نفسـك: «هـل أواجه مشـكلة فـي التخلص من هـذا الغرض بسبب تعلقي بالماضي أو خوفي من المستقبل؟». اطرح هذا السؤال لدى حملك كل واحد من الأغراض. وحين تفعل ذلك، سـتلاحظ وجـود نمـط معيـن في ملكيتـك للأغراض، نمط ينتمـي إلى إحدى الفئات الثلاث: التعلق بالماضي، الرغبة بالاستقرار في المستقبل، أو الأمرين معاً. من المهم فهم نمط ملكيتك، لأنه تعبير عن القيم التي ترشدك في حياتك. فالسؤال عما تريد امتلاكه هو في الواقع السؤال عـن رغبتـك في كيفية عيش حياتـك. فالتعلق بالماضي، والمخاوف المرتبطة بالمسـتقبل لا تتحكم فقط في طريقة انتقائك للأشـياء التي تملكها، وإنما تمثّل أيضاً المعايير التي تعتمدها لاتخاذ الخيارات في كل جانـب مـن جوانب حياتك؛ بما في ذلك علاقاتك بالأشـخاص ووظيفتك.

حين تنتقي امرأة رجلاً، فيما هي قلقة جداً بشـأن المسـتقبل، فثمة احتمال أقل لأن تختار الشـخص فقط لأنها تسـتلطفه وتحب التواجـد معـه. فهـي ببسـاطة قد تختـار الشـخص لأن العلاقة تبدو

مفيدة لها، أو لأنها تخشى عدم إيجاد أي شخص آخر في حال عدم اختيارها له. وفي ما يتعلق بالخيارات المهنية، فإن هذه المرأة نفسها تختار على الأرجح وظيفة ضمن شركة كبيرة لأن هذا يمنحها خيارات أكثر في ما يتعلق بالمستقبل أو التطلع إلى مؤهلات معينة بمثابة ضمانة، وليس لأنها تحب العمل فعلاً وتريد ممارسته. من جهة أخرى، إن الشخص الذي يملك روابط قوية بالماضي يجد صعوبة في الانتقال إلى علاقة جديدة؛ لأنه يكون عاجزاً عن نسيان الحبيبة التي انفصل عنها قبل عامين. كما يجد صعوبة في تجربة طرائق جديدة، حتى لو لم تعد الطريقة الحالية فعالة لأنها انتهت عند هذه المرحلة.

عندما ينجح هذا النوع أو الآخر من أنماط التفكير في زيادة صعوبة رمي الأشياء، نعجز عن معرفة ما نحتاج إليه فعلاً الآن، في هذه اللحظة. فنحن غير واثقين ممّا يرضينا أو ممّا نتطلع إليه. ونتيجة لذلك، نزيد عدد المقتنيات غير الضرورية، وندفن أنفسنا- جسدياً وعقلياً- في فائض من الأشياء. لذا، إن أفضل طريقة لمعرفة ما نحتاج إليه فعلاً تقضي بالتخلص مما لا نحتاج إليه. وهكذا، تنتفي حاجة الذهاب إلى الأماكن البعيدة أو مراكز التسوق. كل ما عليك فعله هو التخلص ممّا لا تحتاج إليه من خلال مواجهة كل من مقتنياتك بطريقة صحيحة.

وفي الواقع، إن عملية مواجهة مقتنياتنا والانتقاء من بينها قد تكون مؤلمة فعلاً. فهي تجبرنا على مواجهة عيوبنا وإخفاقاتنا والخيارات الحمقى التي اتخذناها في الماضي. في مرات عدة، شعرت بالخجل عند مواجهة ماضيّ خلال عملية الترتيب. فقد عثرت

على مجموعتي من المماحي المعطرة التي ترجع إلى أيام المدرسة الابتدائية، وشخصيات الرسوم المتحركة التي جمعتها خلال المرحلة المتوسطة، والملابس التي اشتريتها في المرحلة الثانوية عندما كنت أحاول التصرف كراشدة ولكنها لم تلائمني قط، والحقائب اليدوية التي اشتريتها رغم أنّني لم أحتج إليها وإنما فقط أحببت شكلها في المتجر. الأشياء التي نملكها حقيقية. فهي الآن موجودة هنا نتيجة خيارات اتخذناها في الماضي بأنفسنا. لذا، من الخطأ تجاهلها أو رميها بطريقة عشوائية كما لو أننا ننكر الخيارات التي اتخذناها. لهذا السبب، أرفض السماح بتراكم الأشياء فوق بعضها ومن ثم رميها من دون التفكير في الأمر ملياً. فحين نواجه الأشياء التي نملكها، الواحد تلو الآخر، ونختبر العواطف التي تبعثها فينا، يمكننا فعلاً تقدير علاقتنا بها.

هناك ثلاث طرائق يمكننا اعتمادها مع أغراضنا؛ مواجهتها الآن، أو مواجهتها في وقت ما، أو تفاديها إلى أن نموت. الخيار لنا. لكنّني أعتقد شخصياً أنه من الأفضل مواجهتها الآن. فإذا تعرفنا إلى تعلقنا بالماضي وخوفنا من المستقبل بمجرد النظر بصدق إلى ممتلكاتنا، فستتمكن فعلاً من رؤية ما هو مهم بالنسبة إلينا. في المقابل، تساعدنا هذه العملية على تحديد قيمنا، وتخفِّف الشك والارتباك عند اتخاذ القرارات في الحياة. إذا استطعنا الوثوق في قراراتنا والانطلاق بحماسة في العمل من دون أن تردعنا أي شكوك، فستتمكن من تحقيق المزيد. بتعبير آخر، كلما واجهنا أغراضنا بصورة أسرع، كان ذلك أفضل. إذا أردت ترتيب منزلك، عليك فعل ذلك الآن.

معرفة أنك تستطيع الاستغناء

عندما يركز الناس على الترتيب، تراهم يملأون كيساً وراء آخر بالنفايات. سمعتُ أن العديد من الذين حضروا دروسي قارنوا الأرقام لناحية عدد الأكياس التي رموها أو عدد الأغراض الموجودة في منازلهم. والرقم القياسي لعدد الأكياس التي تم ملؤها ورميها لغاية اليوم وصل إلى 200 كيس من النفايات، بالإضافة إلى 10 أغراض أخرى كانت كبيرة جداً لوضعها في أكياس. يضحك معظم الأشخاص عند سماعهم ذلك، ويتخيلون أن ذلك الثنائي امتلك على الأرجح منزلاً كبيراً جداً مع الكثير من غرف التخزين، ولكنهم في الحقيقة مخطئون. فقد عاش ذلك الثنائي في منزل عادي جداً مؤلف من طابقين وأربع غرف. كانت مساحته أكبر بقليل من العديد من المنازل اليابانية بسبب احتوائه على علّية، لكن الفرق في المساحة لم يكن كبيراً جداً. ورغم وجود العديد من الأشياء الظاهرة للعيان، لم يظهر للوهلة الأولى أن هناك الكثير من الأغراض غير الضرورية بينها. بتعبير آخر، يمكن لأي منزل أن ينتج الحجم نفسه من الأغراض.

عندما طلبت من زبائني فرز أغراضهم والتخلص منها، لم أتوقف في منتصف الطريق. فمتوسط الكمية التي يرميها شخص واحد تتراوح عادة بين 20 إلى 30 كيساً، سعة كل منها 45 ليتراً، ويصل العدد إلى 70 كيساً في عائلة مؤلفة من ثلاثة أشخاص. وهكذا، إن العدد الإجمالي للأغراض التي تمّ رميها لغاية الآن يتخطى 28000 كيس، فيما عدد الأغراض الفردية التي تم رميها تجاوز المليون على الأرجح. لكن، رغم التخفيض الكبير في أغراضهم، لم يتذمر أي كان من مواجهته مشكلة لاحقاً لأنني طلبتُ منه رمي الأشياء.

والسبب واضح جداً: رمي تلك الأشياء التي لا تبعث فيك الفرح لا يفضي إلى أي تأثيرات جانبية. وعندما ينتهون من الترتيب، يتفاجأ كل زبائني بعدم ملاحظتهم أية سلبية في حياتهم اليومية. وهذا تذكير قوي بأنهم كانوا يعيشون طوال هذا الوقت محاطين بأشياء لا يحتاجون إليها. لا توجد استثناءات في ما يتعلق بذلك. حتى إن الزبائن الذين تركوا لديهم أقل من خُمس أغراضهم شعروا في النهاية بذلك.

لا أقول طبعاً إن زبائني لم يندموا قطّ على رمي شيء ما. بالطبع لا. فيجدر بك توقع حصول هذا ثلاث مرات على الأقل خلال عملية الترتيب، لكن لا تدع الأمر يقلقك. فرغم ندم زبائني بسبب رمي شيء ما، إلّا أنهم لم يتذمروا قط. وقد تعلموا من خلال هذه التجربة أن أية مشكلة ناجمة عن نقص في شيء ما يمكن حلها عن طريق العمل. وعندما يتحدث زبائني عن تجربة رمي شيء ما لم يكن يجدر بهم التخلص منه، يبدون جميعاً فرحين جداً. وبالفعل، يضحك معظمهم ويقولون: «ظننتُ لبرهة أنّني وقعتُ في ورطة، لكنّني أدركتُ بعدها أن المسألة ليست خطيرة جداً». وهذا الموقف لا ينبع من شخصية متفائلة، ولا يعني أن الشخص كان عديم الاهتمام حيال افتقاده لشيء ما، بل على العكس، يظهر ذلك أنه عند اختيار ما يجب رميه، تتبدل عقلية الشخص.

ماذا لو احتاجوا مثلاً إلى محتويات مستند سبق لهم أن رموه سابقاً؟ أولاً، لأنهم أخفضوا مقدار المستندات التي يملكونها، صاروا قادرين على التأكيد بسرعة على أنهم لا يملكونه، من دون الحاجة إلى التفتيش في كل مكان. وفي الواقع، إن حقيقة عدم حاجتهم إلى

البحث تخفف كثيراً من التوتر. فأحد الأسباب التي تجعل الفوضى مصدر تدمير بالنسبة إلينا هو حاجتنا إلى البحث عن شيء ما لمعرفة ما إذا كان موجوداً أصلًا. وفي العديد من الحالات، مهما بحثنا بكدّ، لا نعثر عما نبحث عنه. لكنّنا عندما نخفض مقدار الأشياء التي نملكها ونحفظ كل مستنداتنا في المكان نفسه، يمكننا أن نعرف بلمح البصر ما إذا كنا نملكه أم لا. في حال رميه، يمكننا نسيان الموضوع فوراً والتفكير في ما يجب فعله. يمكننا سؤال شخص نعرفه عنه، أو الاتصال بالشركة، أو البحث عن المعلومات بأنفسنا. وعندما نتوصل إلى حلّ، لا يبقى لدينا أي خيار سوى التصرف. وحين نتصرف، نلاحظ أن حلّ المشكلة كان سهلاً جداً.

بدلاً من المعاناة من التوتر الناجم عن البحث وعدم العثور على الشيء، نقوم بتصرف ما، وتفضي هذه التصرفات غالباً إلى فوائد غير متوقعة. فعندما نبحث عن المحتوى في مكان آخر، قد نكتشف معلومات جديدة. وعندما نتصل بصديق، فقد نعزز علاقتنا، أو قد يعرّفنا إلى شخص مطّلع تماماً في هذا المجال. والواقع أن تكرار مثل هذه التجارب يعلّمنا أنّنا إذا تصرفنا، فستتمكن من الحصول على المعلومات الضرورية عندما نحتاج إليها. تصبح الحياة أكثر سهولة عندما نعرف أن الأشياء ما زالت على ما يرام حتى لو افتقدنا إلى شيء ما.

ثمة سبب آخر يدفع زبائني إلى عدم التذمر أبداً من رمي الأشياء، وهو في الواقع الأكثر أهمية. فبما أنهم استمروا في تحديد الأشياء التي يحتاجون إليها وتلك التي لا يحتاجون إليها، وبالتالي رميها، فهم يتوقفون عن نسب مسؤولية اتخاذ القرارات إلى

أشخاص آخرين. وعند حصول مشكلة، لا يبحثون عن سبب خارجي أو شخص لإلقاء اللوم عليه. فهم الآن يتخذون قراراتهم بأنفسهم، ويعرفون أن تحديد التصرف الواجب القيام به في أي وضع هو المهم فعلاً. والواقع أن انتقاء الأغراض ورميها عملية مستمرة من اتخاذ القرارات استناداً إلى القيم الشخصية. لذا، إن الرمي يصقل مهارات اتخاذ القرارات. أليس من المؤسف تفويت فرصة تطوير هذه القدرة؟ عندما أزور منازل زبائني، لا أرمي أبداً أي شيء، بل أترك دوماً القرار النهائي لهم. فإذا اخترتُ شخصياً ما يجدر بهم رميه، لن تكون هناك جدوى من الترتيب. فالترتيب الشخصي للمنزل هو الذي يبدّل طريقة التفكير.

هل تلقي التحية على منزلك؟

أول شيء أفعله عندما أزور منزل زبون هو إلقاء التحية على المنزل. فأنا أركع بطريقة رسمية على الأرض في وسط المنزل، وأتحدث إلى المنزل في عقلي. وبعد التعريف عن ذاتي بصورة وجيزة، بما في ذلك اسمي وعنواني ومهنتي، أطلب المساعدة لابتكار مساحة تستمتع فيها العائلة بحياة أكثر سعادة، ثم أنحني احتراماً. إنه طقس صامت يستغرق دقيقتين فقط، ولكنه يجعل زبائني ينظرون إليّ بغرابة.

واللافت أنني لا أرتدي البذلات الرياضية أو ملابس العمل حين أرتب، بل أرتدي عوضاً عن ذلك فستاناً وسترة. وأضع بين الحين والآخر مئزراً، لكن أولويتي تركز على التصميم أكثر من العملية. يتفاجأ بعض الزبائن حين يرون ثيابي، ويخشون أن أفسدها،

لكنّني لا أواجه مشكلة في نقل الأثاث، والتسلق للوصول إلى رفوف المطبخ وإنجاز الأعمال الأخرى التي يسلتزمها الترتيب فيما أنا مرتدية أفضل ملابسي. هذه طريقتي في إظهار الاحترام للمنزل ومحتوياته. أعتقد أن الترتيب احتفال، وهو وداع مميز لتلك الأشياء التي ستغادر المنزل، ولذلك أرتدي ملابسي على هذا الأساس. أنا واثقة من أنّني حين أظهر الاحترام من خلال الملابس التي أقرر ارتداءها، وأبدأ عملية الترتيب من خلال إلقاء التحية على المنزل، سيفرح المنزل في المقابل بإخباري بما لم تعد العائلة تحتاج إليه، وأين يجب وضع الأغراض الباقية؛ حيث تشعر العائلة بالارتياح والسعادة في هذا المكان. هذا الموقف يسرّع اتخاذ القرارات في مرحلة التخزين ويلغي الشك من كل عملية الترتيب، حيث يسير كل شيء بيسر وسهولة.

أنت لا تصدق ربما أنك تستطيع فعل ذلك. قد تظن أنه يجدر بك أن تكون محترفاً مثلي لسماع ما يريد المنزل قوله. إلا أن أصحاب المنزل يفهمون أغراضهم ومنزلهم أفضل من أي كان. وفيما نتقدم في الدروس، يبدأ زبائني بالاكتشاف بوضوح ما يحتاجون إلى رميه، والمكان الذي تنتمي إليه الأغراض بصورة طبيعية، فيسير عمل الترتيب بسرعة وسهولة. إنها استراتيجية لا تعرف الإخفاق، وكفيلة بصقل غريزتك لناحية ما تحتاج إليه، والأماكن التي تنتمي إليها الأغراض. ألقِ التحية على منزلك كلما وصلت إلى المنزل. إنه أول فرض أطلبه من زبائني في دروسي الخاصة؛ فتماماً مثلما تلقي التحية على عائلتك أو حيوانك الأليف، قل لمنزلك حين تعود: «مرحباً، لقد عدت إلى المنزل». وإذا نسيت فعل ذلك ما إن تدخل،

قل لاحقاً حين تتذكر: «شكراً لأنك منحتني المأوى». وإذا شعرت بالخجل أو الإحراج من قول هذه العبارات بصوت عالٍ، فلا بأس في قولها بصمت في عقلك.

إذا فعلت ذلك بشكل متكرر، فستبدأ بالشعور بأن منزلك يستجيب لتحيتك حين تدخله. وسوف تشعر بفرحته تمرّ عبر نسمة خفيفة، وستتمكن بعدها تدريجياً من الإحساس بالأماكن التي يجدر بك ترتيبها أو وضع الأغراض فيها. تحاور مع منزلك أثناء الترتيب. أعرف أن هذا الأمر يبدو غير عملي، لكنك إذا تجاهلت هذه الخطوة، فستجد أن المهمة تسير بسهولة أقل.

يفترض أساساً أن يكون الترتيب عملية إعادة التوازن بين الأشخاص وأغراضهم والمنزل الذي يعيشون فيه. إلا أن الطرائق التقليدية في الترتيب تميل إلى التركيز فقط على العلاقة بين الأشخاص وأغراضهم، من دون الانتباه إلى المسكن. لكنّني أدرك تماماً الدور المهم الذي يؤديه المنزل؛ لأنّني عندما أزور منزل زبون، أشعر كم يدلل سكانه. فهو موجود دوماً، في انتظار زبوني للعودة إليه، ومستعد لتوفير المأوى والحماية له. فمهما كانوا مرهقين بعد يوم عمل طويل، يكون المنزل موجوداً لبث الانتعاش والحيوية فيهم. وعندما لا يرغبون في العمل ويتجولون في المنزل بأجمل ملابسهم، يتقبلهم المنزل مثلما هم. لا يمكنك العثور على أحد أكثر كرماً أو ترحيباً من هذا. الترتيب هو فرصتنا للتعبير عن تقديرنا لمنزلنا وشكره على كل ما يفعله لنا.

لاختبار نظريتي، حاول ترتيب منزلك من منظور ما يجعله سعيداً. سوف تتفاجأ بمدى سهولة اتخاذ القرارات.

أغراضك تريد مساعدتك

أمضيت أكثر من نصف حياتي وأنا أفكر في الترتيب، وأزور منازل الأشخاص كل يوم، وأمضي الوقت في مواجهة أغراضهم. لا أعتقد أنه توجد أية مهنة أخرى تتيح لي رؤية كل ما يملكه الشخص أو التمعن في محتويات الخزائن والأدراج كما هي. ورغم أنّني زرت العديد من المنازل، إلّا أنه من الطبيعي ألا أجد ممتلكات أو طرائق تنظيم مماثلة. لكن كل هذه الأغراض تتشارك شيئاً واحداً. فكِّر في سبب امتلاكك الأشياء بهذه الطريقة. إذا أجبت «لأنّني اخترتها» أو «لأنّني أحتاج إليها» أو «بسبب مجموعة متنوعة من الصدف»؛ كل هذه الإجابات صحيحة. لكن من دون استثناء، تتشارك كل الأشياء التي تملكها الرغبة في أن تكون مفيدة لك. أستطيع قول ذلك بثقة لأنّني تأملت ملياً مئات آلاف الأغراض في مهنتي.

عند التمعن ملياً، تجد أن القدر الذي يربطنا بالأشياء التي نملكها مذهل فعلاً. خذ قميصاً، مثلاً. حتى لو تم إنتاج هذا القميص بأعداد هائلة في أحد المصانع، فإن ذلك القميص المحدد الذي اشتريته وأحضرته إلى المنزل فريد بالنسبة إليك. والقدر الذي قادنا إلى كل غرض في ممتلكاتنا النفيسة مثل القدر الذي ربطنا بالأشخاص الموجودين في حياتنا. فثمة سبب وراء وصول كل من أغراضك إليك. عندما أشارك الآخرين هذا الرأي، يقول بعض الأشخاص: «تجاهلت قطعة الملابس هذه لوقت طويل جداً حيث باتت مجعدة. لا بد أنها غاضبة جداً مني»، أو «إذا لم أستعملها، سوف تغضب مني». لكن حسب خبرتي، لم أصادف قط أي أغراض لامت صاحبها. إذاً، ماذا تفعل الأشياء التي لا تبعث فينا الفرح في

منازلنا؟ أعتقد أنها تريد الرحيل بكل بساطة. فهي منسية في خزائنك، وأنت تعلم أفضل من أي كان أنها لا تبعث فيك الفرح الآن.

كل شيء تملكه يرغب في أن يكون مفيداً لك. وحتى لو رميته بعيداً أو أحرقته، فسيترك خلفه طاقة الرغبة بأن يكون مفيداً. وبعد تحريره من شكله المادي، سيتحرك في عالمك على شكل طاقة، وسيجعل الأشياء الأخرى تدرك أنك شخص مميز، وسيعود إليك بمثابة الشيء الأكثر فائدة لك؛ الشيء الذي يمنحك أكبر سعادة. قد تعود مثلاً قطعة الملابس على شكل تصميم جديد وجميل، أو قد تظهر مجدداً على شكل معلومات أو رابط جديد. أعدك، أي شيء تتخلى عنه سيعود إليك بالمقدار نفسه تماماً، لكن فقط عندما يشعر بالرغبة في العودة إليك. لهذا السبب، عندما ترمي شيئاً ما، لا تتنهد وتقل: «أوه، لم أستخدم هذا قط»، أو «آسف، لم أفلح قط في استعمالك»، بل تخلص منه بدلاً من ذلك بفرح باستعمال عبارات مثل: «شكراً لأنك وجدتني»، أو «استمتع برحلتك. أراك قريباً».

تخلص من تلك الأشياء التي لم تعد تبعث فيك الفرح، واجعل الوداع بمثابة احتفال لإطلاقها في رحلتها الجديدة. احتفل بهذه المناسبة معها. أعتقد فعلاً أن ممتلكاتنا تكون أكثر سعادة وأكثر حيوية عندما ندعها ترحل، وليس عندما نحصل عليها.

مساحة عيشك تؤثر في جسمك

أثناء إنجاز عملية الترتيب، يلاحظ العديد من زبائني أنهم فقدوا الوزن أو أصبحت معداتهم مشدودة. إنها ظاهرة غريبة جداً، لكننا عندما نخفض ما نملكه و«نزيل السموم» من منزلنا، فإن السموم

تختفي من أجسامنا أيضاً.

عندما نرمي كل شيء دفعة واحدة، ويعني ذلك أحياناً رمي 40 كيساً من النفايات في يوم واحد، فمن الممكن أن تستجيب أجسامنا بطريقة تشبه الصوم السريع. قد نصاب بنوبة إسهال أو طفرة بثور في البشرة. ما من خطب في ذلك، فأجسامنا تتخلص من السموم التي تراكمت على مرّ السنوات وستعود إلى طبيعتها، لا بل ستصبح أفضل حالاً خلال يوم أو يومين. قامت واحدة من زبوناتي بتنظيف خزانة، ورمت ما أهملته طوال 10 أعوام.

ومباشرة بعد ذلك، عانت من نوبة إسهال قوية، لكنّها شعرت بعدها بخفة أكثر. أعرف أن الأمر يبدو مثل الإعلان الزائف للترويج لإمكانية خسارة الوزن من خلال الترتيب، أو إمكانية الحصول على بشرة أنقى، لكن ليس من الضروري أن يكون هذا الأمر غير صحيح. لسوء الحظ، لا أستطيع أن أريك صور زبائني قبل الترتيب وبعده، ولكنّني شهدت بعينيّ كيف تتغير مظاهرهم حين تصبح غرفهم مرتبة. فالأجسام تصبح أكثر تناسقاً، والبشرة أكثر تألقاً، والعينان أكثر إشراقاً.

عندما بدأتُ هذا العمل، وجدت هذه الحقيقة محيّرة فعلاً. لكنّنني عندما فكرت في الأمر ملياً، أدركت أنه ليس مستغرباً. فأنا أنظر إلى المسألة من هذا السياق. حين نرتب منزلنا، يصبح الهواء في الداخل نظيفاً ومنعشاً. والواقع أن تخفيف كمية الأغراض في مساحتنا يخفف أيضاً من كمية الغبار، ونميل فعلياً إلى التنظيف أكثر. كما يصبح بإمكاننا رؤية الأرضية، فتبرز الأوساخ بوضوح ونرغب في تنظيفها. وبما أنه تم التخلص من الفوضى، يصبح التنظيف أسهل، وبالتالي ننجزه بشمولية أكبر. ولا شك في أن الهواء النقي

في الغرفة مفيد للبشرة، كما ينطوي التنظيف على حركة حيوية، مما يسهم حتماً في تخفيض وزننا والحفاظ على رشاقتنا. وحين تكون مساحتنا نظيفة تماماً، لا داعي للقلق بشأن الترتيب، حيث نستطيع التركيز على المسألة التالية المهمة في حياتنا. بالفعل، يريد معظم الأشخاص أن يصبحوا نُحفاء، فيتحول تركيزهم إلى هذه المسألة، ويبدأون بالمشي لمسافات أطول، ويتناولون مقداراً أقل من الطعام، فتسهم هذه التصرفات في خفض أوزانهم من دون اتباع حمية غذائية رسمية.

لكنّني أعتقد أن السبب الرئيس لهذا التأثير الناجم عن الترتيب هو استيعاب الأشخاص للرضى خلال هذه العملية. فبعد الترتيب، يقول لي العديد من زبائني إن رغباتهم الدنيوية تضاءلت كثيراً. ففي الماضي، مهما كان عدد الملابس التي لديهم، لم يشعروا بالرضى قطّ، وأرادوا دوماً شيئاً جديداً لارتدائه. ولكنّهم بعد انتقائهم الأشياء التي يحبونها فعلاً واحتفاظهم بها، شعروا أن لديهم كل ما يحتاجون إليه.

نحن نكدّس الأغراض للسبب نفسه الذي يدفعنا إلى الأكل؛ أي لإشباع جوعنا. فالشراء بطريقة مرتجلة، وتناول الطعام والشرب بإفراط في الواقع محاولات للتخفيف من التوتر. وعند مراقبتي زبائني، لاحظتُ أنهم عندما يتخلصون من فائض الملابس، تصبح بطونهم أكثر نحافة. وعندما يرمون الكتب والمستندات، تصبح عقولهم أكثر صفاء. وعندما يخففون من عدد مستحضرات التجميل ويرتبون المساحة حول المجلى والمغطس، تصبح بشراتهم نقية وناعمة. صحيح أنّني لا أملك أي أساس علمي لهذه النظرية، لكن

من الممتع فعلاً رؤية كيفية تجاوب جزء من الجسم مع المساحة التي نرتبها. أليس رائعاً إذاً أن ينجح ترتيب منزلك في تعزيز جمالك، ويجعل جسمك أكثر صحة ورشاقة؟

الترتيب يزيد الحظ

نظراً إلى شعبية الفوانغ تشي (*feng shui*)، يسألني الناس غالباً إذا كان الترتيب سيجلب لهم الحظ الجميل. والفوانغ تشي طريقة لزيادة الحظ الجميل من خلال تنظيم بيئة عيش الشخص. بدأت هذه الطريقة باكتساب شعبية في اليابان قبل 15 عاماً تقريباً، وباتت الآن مشهورة جداً. بالنسبة إلى العديد من الأشخاص، تعتبر الفوانغ تشي أول حافز لتنظيم منازلهم وترتيبها. لست خبيرة في الفوانغ تشي *feng shui* لكنّني درست المبادئ الأساسية كجزء من أبحاثي حول الترتيب. يعود إليك شخصياً أن تصدق ما إذا كان الفوانغ تشي قادراً على تحسين حظك أم لا. ولكن، منذ العصور القديمة، طبّق الأشخاص في اليابان معارفهم في الفوانغ تشي في حياتهم اليومية. وأنا شخصياً أطبق حكمة أجدادنا في ممارستي للترتيب. فعلى سبيل المثال، حين أطوي الملابس وأرتبها على حافتها في الدرج، أرتبها حسب اللون للحصول على تدرج من الداكن إلى الفاتح. والتسلسل الصحيح يقوم على وضع الملابس فاتحةِ اللون في الجهة الأمامية للدرج، لينتقل اللون تدريجياً إلى الأكثر دكنة في الجهة الخلفية من الدرج. لا أعرف ما إذا كان هذا يزيد الحظ الجيد أم لا، ولكن عند ترتيب الملابس وفق تدرّج الألوان، ستشعر بالروعة عند النظر إليها كلما فتحت الدرج. لسبب ما، يبدو أن الملابس فاتحة اللون تكشف

عـن تأثيـر مهدئ. وإذا نظمت بيئة عيشـك حيث تشـعرك بالارتياح، وتشعر كل يوم بالنشاط والسعادة، ألن تقول حينها إن حظك الجيد قد ازداد؟

تجدر الإشـارة إلى أن المفاهيم الكامنة وراء الفوانغ تشـي هي القوى الثنائية للين (*yin*) واليانغ (*yang*) والعناصر الخمسة (المعدن، والخشب، والماء، والنار، والأرض). يقول المبدأ الأساسي إن لكل شـيء طاقتـه الخاصـة، وإنه يجب معاملة ذلك الشـيء بطريقة تلائم خصائصه. بالنسبة إليّ، يبدو الأمر طبيعياً جداً. ففلسفة الفوانغ تشي تقـوم أساسـاً علـى العيش بالتناغم مع قوانيـن الطبيعة. والهدف من طريقتـي فـي الترتيب هو نفسـه بالضبط. فالهـدف الحقيقي للترتيب هو- حسب اعتقادي- العيش في الحالة الأكثر طبيعية. ألا تظن أنه من الغريب فعلاً امتلاك أشـياء لا تبعث فينا السـعادة، أو أشـياء لا نحتـاج إليهـا فعـلاً؟ أعتقـد أن امتـلاك ما نحبه وما نحتـاج إليه فقط هو الأمر الطبيعي.

عندما نرتب منازلنا، نستطيع العيش في حالتنا الطبيعية. فنختار تلـك الأشـياء التـي تبعـث فينـا الفرح، ونقدّر ما هـو نفيس فعلاً في حياتنا. فما من شيء يمكنه أن يجلب لنا سعادة كبيرة أكثر من القدرة على فعل شـيء بسـيط وطبيعي بقدر هذا. إذا كان هذا حظاً جيداً، فإنّني مقتنعة إذاً بأن ترتيب المنزل أفضل طريقة لبلوغ الحظ الجيد.

كيفية التعرف إلى ما هو نفيس فعلاً

بعدمـا ينهـي الزبـون عملية انتقاء ما يريد الاحتفاظ به وما يريد رميه، يحصل أحياناً أن أختار بضعة أشـياء من كومة الأشـياء المراد

الاحتفاظ بها، وأسألهم مجدداً: «هذا القميص وهذه الكنزة هنا، هل يبعثان في نفسك الفرح فعلاً؟».

يندهش زبوني ويقول حتماً: «كيف عرفت؟! هذان هما الشيئان اللذان لم أستطع تقرير ما إذا كان يجب عليّ الاحتفاظ بهما أو رميهما».

لست خبيرة في الأزياء، ولا أسحب تلك الأشياء على أساس مدى قدمها، لكنّني أعرف ذلك بفضل مراقبتي تعابير زبوني وتصرفاته حين يختار؛ أي طريقة إمساكه بالغرض، واللمعان الذي يبدو في عينيه عندما يلمسه، والسرعة التي يتخذ فيها قراره. ويختلف جوابه بوضوح بين الأشياء التي يحبها والأشياء التي ليس واثقاً منها. فعند مواجهته شيئاً يبعث الفرح في نفسه، يكون قراره فورياً عادة، ولمسته لطيفة، وتلمع عيناه. ولكن عند مواجهته شيئاً لا يبعث الفرح في نفسه، تتوقف اليدان، ويميل الرأس، ويتقطّب الجبين. وبعد التفكير لبضع لحظات، قد يرمي الزبون الغرض في كومة الأشياء المراد الاحتفاظ بها. في تلك اللحظة، يظهر جلياً الشكل المشدود في الحاجبين والشفتين. فالفرح يتجلى بوضوح في الجسم، وأنا لا أسمح لنفسي بتفويت تلك الإشارات الجسدية.

لكن، لأكون صريحة، أستطيع معرفة الأغراض التي لا تبعث الفرح في قلوب زبائني حتى من دون مراقبتهم أثناء عملية الانتقاء. فقبل أن أزور منازلهم، أعطيهم درساً خاصاً عن «طريقة كونماري في الترتيب». يكون لهذه المحاضرة وحدها تأثير قوي، ويكون زبائني قد بدأوا بالترتيب عندما أزورهم في منازلهم للمرة الأولى.

من بين تلاميذي، امرأة في العقد الثالث من عمرها، وقد

تخلصت من 50 كيساً من النفايات قبل أن أصل إلى منزلها. فتحت أدراجها وخزانتها بفخر وقالت: «لم يعد هناك أي شيء للتخلص منه هنا». لا شك في أن غرفتها بدت مختلفة عن الصور الفوتوغرافية التي عرضتها عليّ؛ فالكنزة التي كانت مرمية فوق المنضدة باتت الآن موضبة بترتيب، والفساتين التي كانت تكتظّ بها الخزانة لدرجة أنها كادت تنفجر على القضيب أصبحت قليلة الآن، حيث باتت هناك بعض الفسحة بينها. لكن، رغم ذلك، أخرجتُ سترة بنية وكنزة «بيج» كانتا مختلفتين عن بقية الملابس التي قررت الاحتفاظ بها. كانتا كلتاهما في حال جيدة، وبدا جلياً أنها ارتدتهما.

سألتها: «هل يبعثان الفرح في نفسك فعلاً؟».

تبدّل التعبير على وجهها فوراً: «تلك السترة، أحب تصميمها، لكنّني أردت في الواقع واحدة باللون الأسود، ولم تكن هناك واحدة سوداء مناسبة لمقاسي... وبما أنّني لا أملك سترة بنية، قررت شراءها على أية حال. ولكن، اتضح لي في النهاية أنّها لا تناسبني، وارتديتها فقط مرات قليلة».

«وبالنسبة إلى الكنزة، أعجبني التصميم والقماش كثيراً، ولذلك اشتريت اثنتين منها. ارتديتُ الأولى حتى تلفت ولم يعد بالإمكان ارتداؤها، ولكنّني لسبب ما توقفتُ عن ارتدائها».

لم أرَ قط كيف عاملت هذه الأغراض، ولم أعرف أي شيء عن الظروف المحيطة بعملية الشراء. فكل ما فعلته هو مراقبة الملابس المعلقة في خزانتها. حين تتأمل الأشياء عن كثب، يمكنك تمييز ما إذا كانت تلك الأشياء تبعث الفرح في نفس صاحبها أم لا. حين تكون المرأة مغرمة، يلاحظ جميع من حولها التغيير فيها. فالحب

الذي تتلقاه من رجلها، والثقة التي يمنحها إياها الحب، ورغبتها في بذل الجهد لتبدو جميلة أمامه تعطيها الكثير من الطاقة. وهكذا، تتألق بشرتها، وتلمع عيناها، وتصبح أكثر جمالاً. وبالطريقة نفسها، إن الأشياء التي يحبها صاحبها ويعاملها بعناية تكون نابضة وتشع بهالة من الرغبة بأن تكون أكثر إفادة لصاحبها. فالأشياء التي تحظى بالاهتمام تسطع تألقاً. ولهذا السبب، أعرف بلمح البصر ما إذا كان الشيء يبعث الفرح فعلاً. والفرح الصادق يكمن في الجسم، وفي ممتلكات الشخص، وبالتالي لا يمكن إخفاؤه.

التواجد قرب الأشياء التي تبعث الفرح يجعلك سعيداً

يملك كل شخص أشياء يحبها؛ أشياء لا يستطيع التخلي عنها، حتى لو هزّ الآخرون رؤوسهم غير مصدقين عندما يرونها. أرى كل يوم الأشياء التي يعتبرها الآخرون نفيسة، وقد تذهل بالأغراض الغريبة وغير المفهومة التي تأسر قلوب الأشخاص: مجموعة من 10 دمى متحركة للأصابع، كل منها بعين واحدة فقط وكل عين مختلفة، منبّه مكسور على شكل شخصية كرتونية، مجموعة ألواح خشبية تبدو مثل كومة أخشاب مهترئة. لكن الجواب الفوري لسؤالي المتردد: «أوه... هل هذا... يبعث الفرح في نفسك فعلاً؟ يكون دوماً «نعم!». لا مجال أبداً للشك في نظرتهم الواثقة وعيونهم اللامعة لأنني أملك شخصياً مثل هذه الأغراض: قميص قطني عليه رسم Kiccoro الكرتوني:

لقد كان كيكورو Kiccoro (طفل الغاب) واحداً من الشخصيتين الرسميتين لمعرض آيشي 2005 (Aichi Expo 2005)، الذي روّج

لحب الأرض والتكنولوجيا المتجددة الصديقة للبيئة. قد تكون شخصية موريزو Morizo الكرتونية أكثر شهرة. فكيكورو Kiccoro هو الصديق الحميم لموريزو Morizo، الشخصية الكرتونية الصغيرة خضراء اللون، ويظهر على القميص القطني وجه كيكورو Kiccoro فقط. أرتدي هذا القميص داخل المنزل طوال الوقت. إنه شيء لا أستطيع الاستغناء عنه، حتى لو سخر الناس مني وقالوا: «كيف يمكنك الاحتفاظ بهذا؟ ألا تشعرين بالإحراج؟ إنه غير أنثوي البتة. كيف يمكنك ارتداء هذا؟ يجدر بك رميه».

أريد أن أكون واضحة. الملابس التي أرتديها في المنزل مرتبة عموماً. فأنا أرتدي عادة ملابس فائقة الأنوثة مثل كنزات متعددة الطبقات مع كشاكش وردية، وبذلات قطنية مطبعة بالأزهار. الاستثناء الوحيد هو قميص كيكورو. إنه قميص سخيف فعلاً، وهو لافت بلونه الأخضر وعينَي كيكورو وفمه الممتلئ ونصف المفتوح. كما تشير اللصيقة إلى أن القميص بمقاس الأولاد. وبما أن المعرض أقيم عام 2005، أستطيع القول إنّني أرتدي هذا القميص منذ أكثر من 10 أعوام؛ رغم أنّني لا أملك أي ذكريات عاطفية من المعرض نفسه. والواقع أن مجرّد قراءة ما كتبته هنا يجعلني أشعر بالإحراج لتشبثي بمثل هذا الغرض. لكنّني كلما رأيته، لا أستطيع حمل نفسي على رميه. إذ يبدأ قلبي بالخفقان بصورة أسرع ما إن أرى عينَي كيكورو الدائريتين.

محتويات أدراج ملابسي منظمة جداً، حيث أرى بلمح البصر ما هو موجود فيها. ويبدو هذا القميص مثل الإصبع المتقرّحة بين ملابسي الأنثوية الجميلة، لكن هذا ما يزيد من روعته. لقد أصبح قديماً جداً الآن، وقد تظن أنه أصبح بالياً أو مليئاً بالبقع، لكنه ليس

كذلك، ولا أستطيع إيجاد أي عذر لرميه. وإذا كانت اللصيقة تعلن أنه تمت صناعته في بلد آخر رغم عرضه في معرض ياباني، فإن هذا لم يخفف من روعته في نظري، وما زلت عاجزة عن رميه.

هذه هي أنواع الأشياء التي يجدر بك التشبث بها بأي ثمن. إذا استطعت القول من دون تردد: «أحب هذا فعلاً!»، مهما قال الآخرون، وإذا أحببت فكرة امتلاكه، تجاهل ما يظنه الآخرون. في الحقيقة، لا أسمح لأي شخص بأن يراني وأنا مرتدية قميص كيكورو. لكنّني أحتفظ به بسبب المتعة التي يعطيني إياها، والضحكة التي ترتسم على وجهي عندما أخرجه من الدرج وأتأمله، والرضى الذي أشعر به عندما نتعرق أنا وكيكورو معاً حين ننظف ونتساءل عمّا يجب فعله.

أظن أنه ما من سعادة في الحياة أكبر من أن يكون الإنسان محاطاً فقط بالأشياء التي يحبها. ماذا عنك؟ كل ما تحتاج إليه هو التخلص من أي شيء لا يلامس قلبك بهذه الطريقة. ما من وسيلة أكثر بساطة للإحساس بالرضى. وهل يمكن إطلاق تسمية أخرى على ذلك غير «سحر الترتيب؟»

حياتك الحقيقية تبدأ بعد ترتيب منزلك

رغم أنّني خصصت هذا الكتاب بأكمله للحديث عن الترتيب، إلّا أن الترتيب ليس في الواقع ضرورياً. فلن تموت إذا لم يكن منزلك مرتباً، وهناك العديد من الأشخاص الذين لا يكترثون إذا عجزوا عن ترتيب منازلهم. إلّا أن مثل هؤلاء الأشخاص لن يختاروا أبداً هذا الكتاب. أما أنت فقد قادك القدر لتقرأ هذا الكتاب، ويعني ذلك أنك تملك على الأرجح رغبة كبيرة في تبديل وضعك الحالي،

وإعادة ضبط حياتك، وتحسين أسلوب عيشك، واكتساب السعادة والتألق. لهذا السبب تحديداً، أضمن لك أنك ستتمكن من ترتيب منزلك. فلحظة اخترت هذا الكتاب بنية الترتيب، قمتَ بالخطوة الأولى. وإذا قرأت الكتاب لغاية هنا، فإنك تعرف حتماً الخطوة التالية التي يجدر بك القيام بها.

يستطيع البشر الاهتمام بعدد محدود من الأشياء في كل مرة. وبما أنّني كسولة وكثيرة النسيان في الوقت نفسه، لا أستطيع الاهتمام بأشياء كثيرة. لهذا السبب، أريد أن أهتم بالأشياء التي أحبها كما يجب، ولذلك أصررت على الترتيب طوال حياتي. لكنّني أعتقد أنه من الأفضل الترتيب بسرعة والانتهاء من الأمر. لماذا؟ لأن الترتيب ليس هدف الحياة.

إذا كنت تظن أن الترتيب أمر يجب إنجازه كل يوم، أو إذا كنت تظن أن الترتيب أمر يجدر بك القيام به طوال حياتك، فإن الوقت قد حان لتستيقظ. أقسم لك إنه يمكنك إنجاز الترتيب بصورة شاملة وسريعة دفعة واحدة. أما المهام الوحيدة التي تحتاج إلى متابعتها طوال حياتك فهي اختيار ما يجب الاحتفاظ به وما يجب رميه، وكيفية الاهتمام بالأشياء التي قررت الاحتفاظ بها. يمكنك ترتيب منزلك الآن؛ مرة واحدة وإلى الأبد. أما الأشخاص الذين يحتاجون إلى قضاء حياتهم وهم يفكرون في الترتيب فهم أشخاص مثلي؛ يجدون الفرح في ذلك، ويعشقون استعمال الترتيب لجعل العالم مكاناً أفضل. بالنسبة إليك، خصِّص وقتك وشغفك لما يمنحك الفرح، ولمهمتك في الحياة. وأنا مقتنعة أن ترتيبك منزلك سيساعدك على إيجاد المهمة الأحب على قلبك. والحياة تبدأ فعلاً بعدما ترتب منزلك.

كلمة أخيرة

استيقظت ذات يوم وأنا أشعر بتصلب في عنقي وكتفيّ. لم أستطع حتى النهوض من السرير، وتوجب عليّ الاتصال بسيارة الإسعاف. لم يكن السبب واضحاً، لكنّني أمضيت اليوم السابق في منزل أحد الزبائن، وأنا أنظر إلى محتويات خزانة وأنقل مفروشات ثقيلة. وبما أنّني لم أفعل أي شيء آخر، كان الاستنتاج الوحيد هو أنني رتبت كثيراً. لا بدّ أنّني المريضة الوحيدة التي كتب على سجلها الطبي أنها تعاني من «فرط الترتيب». ورغم ذلك، فيما استلقيت على السرير لأستعيد ببطء القدرة على تحريك عنقي، كانت 90 في المئة من أفكاري منصبّة على الترتيب. وجعلتني هذه التجربة أقدّر إمكانية النظر إلى محتويات الخزانات.

أعددتُ هذا الكتاب لأنّني أردت مشاركة الآخرين سحر الترتيب. فالعواطف العميقة التي أشعر بها عند ترتيب الأشياء أدّت غرضها، وهي شبيهة بتلك التي يختبرها المرء خلال حفل التخرج. والحماسة التي أشعر بها عند «نقرة» القدر، وعندما يجد الشيء مكانه الصحيح، والأهم من كل ذلك، الهواء النقي والمنعش الذي يملأ الغرفة بعد ترتيبها؛ هذه هي الأمور التي تجعل يوماً عادياً- من دون حدث مميز- أكثر سعادة وإشراقاً.

أريد انتهاز هذه الفرصة لأشكر جميع الذين دعموني لتأليف هذا الكتاب، فيما كان كل ما بوسعي فعله هو الترتيب؛ أي السيد

تاكاهاشي من منشورات صانمارك، وعائلتي، وأغراضي، ومنزلي. أتمنى أن ينجح **سحر الترتيب** في جعل المزيد من الأشخاص قادرين على اختبار الفرح ورضى العيش وهم محاطون بالأشياء التي يحبونها.

ماري كوندو (كونماري)



ماري كوندو
MARI KONDO

سحر الترتيب

الفن الياباني في التنظيم وإزالة الفوضى

حوِّل منزلك إلى مساحة مرتبة وخالية من الفوضى دوماً باعتماد طريقة كونماري المذهلة. فالخبيرة اليابانية في إزالة الفوضى والاختصاصية في الترتيب، ماري كوندو، ستساعدك على ترتيب غرفك بصورة دائمة بفضل طرائقها الملهمة والمفصلة خطوة خطوة.

سرّ الترتيب الناجح يكمن في اهتمامك بمنزلك بالتسلسل الصحيح، وفي الاحتفاظ بالأشياء التي تحبها فعلاً فقط، وفعل ذلك دفعة واحدة، وبسرعة. بعد ذلك، عليك خلال بقية حياتك أن تختار فقط ما يجب الاحتفاظ به وما يجب رميه.

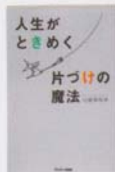


طريقة كونماري لن تغير مساحتك فقط. فبعد أن يصبح منزلك مرتباً، سوف تجد أن حياتك كلها قد تغيرت. وعندها، يمكنك الشعور بثقة أكبر في النفس، وستصبح أكثر نجاحاً، ويمكنك امتلاك الطاقة والحافز لابتكار الحياة التي تريدها.

بعد قراءتك كتاب «سحر الترتيب»، سوف تتحلى بالشجاعة الكافية للابتعاد عن الجوانب السلبية في حياتك. إذ يمكنك تحديد العلاقة السيئة وإنهاؤها، ويمكنك التوقف عن الشعور بالقلق، ويمكنك أخيراً خسارة ذلك الوزن الذي تريد خسارته.

طريقة ماري كوندو مرتكزة على مبدأ «ما يتم تنظيفه مرة، لا تعود إليه الفوضى مجدداً». إذا ظننت أنّ مثل هذا الأمر مستحيل، فعليك من دون شك قراءة هذا الكتاب المميز.

صدر الكتاب في اللغات التالية



الطبعة اليابانية
أكثر من
1,5 مليون
نسخة



الطبعة الأميركية
أكثر من
1 مليون
نسخة



الطبعة البرازيلية
أكثر من
80,000
نسخة



الطبعة التايوانية
أكثر من
89,000
نسخة



الطبعة الإيطالية
أكثر من
90,000
نسخة



الطبعة الكورية
أكثر من
53,000
نسخة



الطبعة الألمانية
أكثر من
65,000
نسخة



الطبعة البريطانية
أكثر من
67,000
نسخة



الطبعة الصينية
أكثر من
18,000
نسخة



الطبعة الألمانية
أكثر من
20,000
نسخة



الطبعة الفرنسية
أكثر من
42,000
نسخة


ISBN 978-614-01-1762-4
9 786140 117624



الدار العربية للعلوم ناشرون
جائزة النشر والتقنيات الثقافية
2015



الدار العربية للعلوم ناشرون
Arab Scientific Publishers, Inc.
www.asp.com.lb - www.aspbooks.com

 facebook.com/ASPArabic
 twitter.com/ASPArabic
 www.aspbooks.com
 asparabic

جميع كتبنا متوفرة في موقع نيل وفرات.كوم www.neelwafurat.com - www.nwf.com